

Al contestar cite este número

Radicado IDRD No. 20255200466733



Bogotá D.C. 27-12-2025

PARA: DANIELA BARRERA PEDRAZA
Subdirectora de Contratación

DE: SUPERVISOR DE CONTRATO IDRD-STRD-CPS-3058-2025.

ASUNTO: Remisión de informe mensual NOVIEMBRE.
Contrato por prestación de servicios IDRD-STRD-CPS-3058-2025.
Expediente virtual 2025800701700572E.

Cordial saludo,

De manera atenta y como supervisor del contrato de prestación de servicios IDRD-STRD-CPS-3058-2025 celebrado entre el IDRD y JIMENEZ DIAZ HERNAN ALONSO, cuyo objeto es "PRESTAR SERVICIOS PROFESIONALES PARA LA ARTICULACION Y GESTION ADMINISTRATIVA Y OPERATIVA DEL PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA". Me permito remitir el informe correspondiente al mes de NOVIEMBRE.

Cordialmente,

ANDRÉS GIOVANNY CANDELA GARCÍA
Profesional Especializado 222 - 06
Área de Recreación

Anexos: 204 folios
Copia: N/A

Elaboró: Cesar Augusto Murcia Calderón – Contratista - Área Recreación
Proyectó: Cesar Augusto Murcia Calderón – Contratista - Área Recreación
Revisó: Andrés Giovanni Candela – Profesional Especializado 222-06 - Área Recreación
Aprobó: Andrés Giovanni Candela – Profesional Especializado 222-06 - Área Recreación

Página 1 de 1



INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES, (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

INFORME No.
07
FECHA DEL INFORME
30-11-2025

No. DEL CONTRATO Y FECHA
IDRD-STRD-CPS-3058-2025
No. DEL EXPEDIENTE VIRTUAL
2025800701700572E

1. INFORMACIÓN GENERAL

NOMBRE DEL CONTRATISTA	HERNAN ALONSO JIMENEZ DIAZ
NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	1019022182
PLAZO DE EJECUCIÓN	11 meses
VALOR	\$ 59.719.000,00
FECHA ACTA DE INICIO	2025-05-27
FECHA DE TERMINACIÓN	26/04/2026
ADICIÓN Y/O PRÓRROGA	NO APLICA
SUSPENSIONES	NO APLICA
VALOR HONORARIOS MENSUAL	\$ 5.429.000,00
PERIODO DE ACTIVIDADES DE ESTE INFORME	2025-11-01 - 2025-11-30
OBJETO DEL CONTRATO	PRESTAR SERVICIOS PROFESIONALES PARA LA ARTICULACION Y GESTION ADMINISTRATIVA Y OPERATIVA DEL PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA.

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Enunciar cada una de las obligaciones específicas establecidas en el contrato y describir las actividades realizadas en el período para el cumplimiento de la misma, así como enunciar las evidencias y su ubicación (actas, documentos, planillas, listados, etc.).

Obligación 1: Gestionar y programar los espacios requeridos para la realización de las actividades físicas, permanentes e itinerantes, así como garantizar el monitoreo e inspección del inventario asignado, en

coordinación con la supervisión.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

Avance: Durante el presente periodo, se realizó la gestión y programación de los escenarios necesarios de la localidad de SUBA para el desarrollo de las sesiones permanentes e itinerantes del programa, asegurando la disponibilidad y adecuación de los espacios en las fechas establecidas. Así mismo, se efectuó el seguimiento y revisión del inventario asignado en cada punto, verificando su estado y uso adecuado en coordinación con el equipo de supervisión, con el fin de garantizar el cumplimiento de los requerimientos establecidos por el programa.

Evidencia:

- Correos electrónicos de solicitud de escenarios
- Documento con el inventario a cargo de la localidad de SUBA

Ubicación: En el presente informe.

Obligación 2: Realizar la planeación, programación, inspección y monitoreo al talento humano, para el cumplimiento de las metas, asistencias y participación de los usuarios en las actividades programadas, manteniendo actualizado el Sistema de Información Misional– SIM y/o bases de datos establecidas por el programa Bogotá en Forma.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

Avance: Durante el presente periodo, se llevó a cabo la programación de las sesiones asignadas de los contratistas asignados, garantizando el cumplimiento de las metas establecidas para la localidad de SUBA. Así mismo, se realizó el seguimiento al desarrollo de las actividades y se monitoreó la participación de los usuarios, verificando la asistencia en cada punto. Toda la información fue consolidada y actualizada en las bases de datos del programa y en el Sistema de Información Misional–SIM, conforme a los lineamientos institucionales

Evidencia:

- Programación mensual del talento humano
- Matriz de seguimiento mensual de metas proyectadas vs metas ejecutadas de la localidad de SUBA
- Tabla dinámica con el número de asistencias, filtrada por localidad, fecha y punto.

Ubicación: En el presente informe.

Obligación 3: Realizar acompañamiento técnico y administrativo de manera presencial al talento humano asignado, para lo cual deberá presentar un cronograma de visitas diarias, informes técnicos y administrativos de los monitoreos realizados por instructor, e incluir las evidencias que soporten acompañamiento a cada uno de los componentes del programa, verificando la planeación de los instructores y el cumplimiento de las guías técnicas y metodológicas, en coordinación con la supervisión.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

Avance: Durante el periodo reportado, se realizó el acompañamiento técnico y administrativo en campo al talento humano asignado a la localidad, mediante visitas presenciales programadas previamente. Estas visitas permitieron verificar el cumplimiento de las orientaciones técnicas y metodológicas indicadas en el que deben llevarse a cabo en cada una de las sesiones. También se revisó la planeación semanal de los contratistas asignados a la localidad de SUBA y se brindó retroalimentación cuando fue necesario. Todas las acciones

fueron coordinadas con la supervisión del contrato, conforme a los lineamientos establecidos.

Evidencia:

- Calendario con la programación mensual de visitas
- Formatos de acompañamiento diligenciados según cronograma
- Reporte de novedades del talento humano
- Actas de reuniones territoriales realizadas en la localidad de SUBA
- Planeaciones de Instructores de Actividad Física

Ubicación: En el presente informe.

Obligación 4: Asistir y participar en cada una de las reuniones técnicas, administrativas, pedagógicas, operativas, ensayos y eventos convocados desde el proyecto de inversión, así como, del trabajo articulado con las entidades del Distrito, instancias locales de participación y las demás que sea convocadas y se consideren pertinentes para coordinar acciones intersectoriales.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

Avance: Durante el periodo, se participó en las reuniones técnicas, administrativas, pedagógicas, operativas, ensayos y eventos convocados en el marco del proyecto. Así como, se asistió a espacios de articulación con entidades distritales e instancias locales, con el objetivo de coordinar acciones interinstitucionales que fortalezcan la implementación de las actividades del programa.

- Reunión de planeación y producción de eventos 07-11-2025
- Reunión gestores: 14-11-2025
- Reunión TEAM Suba 19-11-2025
- Fortalecimiento Técnico Habilidades Blandas Persona Mayor – 21-11-2025
- Fortalecimiento Técnico Comunidad General – 24-11-2025
- Fortalecimiento Yoga: 12 – 19 de noviembre de 2025

Evidencia: Actas de reunión, en las cuales se encuentra subrayado mi nombre con la participación.

Ubicación: En el presente informe.

Obligación 5: Realizar el apoyo a la supervisión, en la ejecución y hasta la liquidación de los contratos y/o convenios suscritos por el IDRD que le sean designados, de conformidad con la normatividad vigente, lineamientos y manual de contratación de la entidad.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

Avance: Durante este periodo se acompañó a la supervisión del contrato, brindando apoyo en el seguimiento a los contratistas de la localidad de SUBA, verificando la entrega oportuna de sus informes de actividades, certificado de cumplimiento, pago de seguridad social y evidencias. Esta información fue organizada en la carpeta de la localidad y posteriormente remitida a la coordinación del programa Bogotá en Forma, permitiendo así mantener actualizado el control documental requerido por el programa.

Evidencia:

- Formato con el nombre de los instructores, el mes correspondiente al informe, y el registro de novedades sobre la entrega de informes
- Registro Fotográfico como apoyo a la supervisión, en el que se evidencia el cumplimiento de las obligaciones contractuales de los instructores y auxiliares de parques, indicando fecha, lugar, hora, línea, actividad desarrollada y fotografía.

Ubicación: En el presente informe

Obligación 6: Las demás que sean inherentes al desarrollo del objeto contractual, en coordinación del supervisor.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

Avance: Durante el presente periodo, se participó en programaciones y actividades adicionales orientadas al fortalecimiento de las acciones del programa, entre las que se incluyen:

- Acompañamiento cumpleaños manzana CADE Gaitana 07-11-2025

Evidencia: Formato de registro de participación, correos de citación, programaciones de cada evento, actas de reunión. Captura de pantalla de SECOP II.

Ubicación: En el presente informe.

3. INFORMACIÓN APORTES PRESTACIONES SOCIALES

DESCRIPCIÓN DEL APORTE	NOMBRE EMPRESA	VALOR APORTE PAGADO
PAGO APORTES SALUD	SANITAS	\$ 271.500,00
PAGO APORTES PENSIÓN	PORVENIR	\$ 347.500,00
PAGO RIESGOS LABORALES	POSITIVA DE SEGUROS	\$ 53.000,00
	TOTAL	\$ 672.000,00

[Ver Planilla de Pago](#)

4. ANEXOS

Para la entrega del informe correspondiente al último periodo de actividades; es indispensable anexar adicionalmente: el documento expedido por el Almacén General y el Área de Sistemas donde se evidencie que el contratista se encuentra a paz y salvo con la entidad y el medio magnético con las evidencias de las actividades realizadas durante la ejecución contractual.



Firma Contratista

Nombre Completo: HERNAN ALONSO JIMENEZ DIAZ

No. Identificación: 1019022182

Cargo: CONTRATISTA

CONCEPTO DEL SUPERVISOR DEL CONTRATO SOBRE EL CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES DEL CONTRATISTA

El contratista cumple con las obligaciones contractuales y las tareas asignadas en los tiempos pactados, demostrando su compromiso, calidad y colaboración con el equipo de trabajo.



Firma Supervisor

Nombre Completo: ANDRES GIOVANNY CANDELA GARCIA

No. Identificación: 1016025994

Cargo: PROFESIONAL ESPECIALIZADO 222-06

Señores

INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
Atn. Area Financiera

Referencia: Certificado de Información Tributaria para Depuración de la Base del cálculo Retención en La Fuente, Art. 383, 387, 388 Estatuto Tributario (Art. 1.2.4.1.6. y siguientes del Decreto 1625 De 2016), por rentas de trabajo que no provienen de una relación laboral o legal y reglamentaria. (ley 2277 de 2022 y Decreto 2231 de 2023).

De conformidad con las normas citadas en la referencia, y con el fin de suministrarla información necesaria para el cálculo de mi base de retención en la fuente aplicable por los ingresos obtenidos en ejecución del contrato de prestación de servicios 3058 de 2025, suscrito entre el IDRD y HERNAN ALONSO JIMENEZ DIAZ identificado con C.C 1019022182, **bajo la gravedad de juramento certifico que:**

A. De conformidad con el numeral 6 del artículo 1.2.4.1.6. y con el párrafo 4 artículo 1.2.4.1.17. del Decreto 1625 de 2016, tomaré costos y/o deducciones asociados a las rentas percibidas por mi contrato. SI ☐ NO ☒

Si marca (SI), se aplicará la tarifa de retención en la fuente del artículo 392 del E.T (entre el 4% y 11%).

Si marca (NO), se aplicará la tarifa de retención en la fuente del artículo 383.

B. Soy Pensionado (a) SI ☐ NO ☒

Requiere adjuntar certificación de pensión

C. Soy declarante de renta SI ☒ NO ☐

D. Soy responsable de Iva SI ☐ NO ☒

E. Solicito realizar una retención en la fuente adicional a la calculada, por valor de:

Responda las preguntas 1 al 10 solo si respondió NO a la pregunta A

1. Durante el año 2024 realicé pago de intereses por préstamos para adquisición de vivienda (incluido Leasing habitacional) SI ☐ NO ☒

2. En caso de responder afirmativamente la pregunta 1, por favor adjuntar la certificación bancaria y completar la siguiente información:

• Terceras personas con las que adquirí el inmueble hacen uso del beneficio tributario SI ☐ NO ☒

• Mi conyugue hace USO del beneficio tributario SI ☐ NO ☒

• Por lo anterior, Declaro que la deducción prevista se debe realizar proporcionalmente (% de 1 a 100) (Decreto 3750 de 1986 Artículo 8). A mi favor

Bajo la gravedad de juramento declaro que el inmueble por el cual estoy pasando la disminución cumple con los requisitos establecidos en la ley para acceder a este beneficio

3. Durante el año 2024 realicé pagos por salud (medicina prepagada - seguros de salud) SI ☐ NO ☒
Anexar certificado de la entidad donde se evidencie el valor pagado y el periodo.
4. Para el presente pago realicé aporte a pensiones voluntarios SI ☐ NO ☒
Anexar copia del pago.
5. Para el presente pago realicé aporte a AFC SI ☐ NO ☒
Anexar copia de la consignación.
6. Certifico que tengo algunos de los siguientes dependientes SI ☐ NO ☒
7. Número de dependientes
- Hijos menores de 18 años
Requiere registro civil. SI ☐ NO ☒
 - Hijos entre los 18 y 23 años a quienes se les esté dando educación
Requiere anexar certificación semestral de pago de matrícula expedida por la respectiva entidad educativa. SI ☐ NO ☒
 - Hijos de cualquier edad que se encuentren en situación de dependencia por discapacidad
Requiere adjuntar certificado de Medicina Legal o de EPS sobre situación de discapacidad o certificado de contador público si es dependiente por ingresos SI ☐ NO ☒
 - Cónyuge o compañero permanente en situación de dependencia por ausencia de ingresos o ingresos anuales inferiores a 260 UVT (2024) \$12,236.900 anuales, o por discapacidad
Requiere adjuntar certificado de Medicina Legal o de EPS sobre situación de discapacidad o certificado de contador público si es dependiente por ingresos SI ☐ NO ☒
 - Padres y hermanos en situación de dependencia por ausencia de ingresos o por ingresos inferiores a 260 UVT (2024) \$12,236.900 anuales, o por discapacidad
Requiere adjuntar certificado de Medicina Legal o de EPS sobre situación de discapacidad o certificado de contador público si es dependiente por ingresos SI ☐ NO ☒

Nota: Me comprometo a informar cualquier novedad relacionada con lo aquí manifestado, presentando nuevamente el certificado, junto con los soportes a que haya lugar.

Firma: 
Nombre: HERNAN ALONSO JIMENEZ DIAZ
Cédula: 1019022182

La información tributaria determinada con base en lo aquí certificado, surtirá efecto a partir del primer pago o abono en cuenta posterior a la fecha de entrega.

DATOS DEL APORTANTE						
TIPO	NÚMERO	NOMBRE APORTANTE		DIRECCIÓN	TELÉFONO	CORREO
CC	1019022182	HERNAN ALONSO JIMENEZ DIAZ		CLL 150 A NO 92 20	6839491	herp27@GMAIL.COM
FORMA PRESENTACIÓN	CLASE APORTANTE	NOMBRE SUCURSAL	CÓDIGO	DEPARTAMENTO	CIUDAD / MUNICIPIO	
ÚNICA	I – Independiente			BOGOTÁ D. C.	BOGOTÁ, D.C.	
EXONERADO PAGO PARAFISCALES Y SALUD						NO

DATOS DE LA PLANILLA					
PLANILLA ASOCIADA	FECHA PAGO ASOCIADA (DIA/MES/AÑO)	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO (DIA/MES/AÑO)	NÚMERO PLANILLA	CANTIDAD
					EMPLEADOS
PERIODO SALUD	PERIODO PENSIONES				UPC
2025-10	2025-10	I	20/11/2025	91032128	\$672.000

TOTALES POR SUBSISTEMAS

TOTALES SALUD													
Código EPS	Nombre	NIT	Cotización Obligatoria	UPC Adicional	Incapacidades		Licencia Maternidad		Días Mora	Valor Mora Cotización	Valor Mora UPC	Total a Pagar	No. Afiliados
					No. Autorización	Valor	No. Autorización	Valor					
EPS005	Sanitas EPS	800251440-6	271.500	0		0		0	0	0	0	271.500	1

TOTALES PENSIÓN												
Código AFP	Nombre	NIT	Cotización Obligatoria	Aporte Voluntario Afiliado	Aporte Voluntario Aportante	Aporte FSP - Solidaridad	Aporte FSP - Subsistencia	Días Mora	Valor Mora Cotización	Valor Mora FSP	Total a Pagar	No. Afiliados
230301	Porvenir	800224808-8	347.500	0	0	0	0	0	0		347.500	1

TOTALES RIESGOS LABORALES															
Código ARL	Nombre	NIT	Cotización Obligatoria	Incapacidades		Aportes Otros Sistemas	Valor Neto Cotización	Días Mora	Valor Mora Cotización	Subtotal Cotización	No. Radicado Saldo a Favor	Valor Saldo a Favor	Fondo Solidaridad	Total a Pagar	No. Afiliados
				No. Autorización	Valor										
14-23	Positiva Seguros	860011153-6	53.000				53.000	0	0	53.000			530	53.000	1

TOTALES CAJAS							
Código CCF	Nombre	NIT	Valor Aporte	Días Mora	Valor Mora Aporte	Total a Pagar	No. Afiliados

TOTALES PARAFISCALES				
Valor Aporte	Días Mora	Valor Mora Aporte	Total a Pagar	No. Afiliados
SENA				
0	0	0	0	0
ICBF				
0	0	0	0	0
ESAP				
MEN				

TOTALES POR SUBSISTEMA			
Tipo Administradora	No. Administradoras Reportadas	Valor antes de IGE, LMA, IRP y Mora	Total a Pagar
Salud	1	271.500	271.500
Pensión	1	347.500	347.500
Riesgos Laborales	1	53.000	53.000
CCF	0	0	0
ESAP	0	0	0
ICBF	0	0	0
MEN	0	0	0
SENA	0	0	0
TOTALES	3	672.000	672.000

DATOS DEL APORTANTE						
TIPO	NÚMERO	NOMBRE APORTANTE		DIRECCIÓN	TELÉFONO	CORREO
CC	1019022182	HERNAN ALONSO JIMENEZ DIAZ		CLL 150 A NO 92 20	6839491	herp27@GMAIL.COM
FORMA PRESENTACIÓN	CLASE APORTANTE	NOMBRE SUCURSAL	CÓDIGO	DEPARTAMENTO	CIUDAD / MUNICIPIO	
ÚNICA	I – Independiente			BOGOTÁ D. C.	BOGOTÁ, D.C.	
						EXONERADO PAGO PARAFISCALES Y SALUD
						NO

DATOS DE LA PLANILLA					
PLANILLA ASOCIADA	FECHA PAGO ASOCIADA (DIA/MES/AÑO)	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO (DIA/MES/AÑO)	NÚMERO PLANILLA	CANTIDAD
					EMPLADOS
PERIODO SALUD	PERIODO PENSIONES				UPC
2025-10	2025-10	I	20/11/2025	91032128	\$672.000
					TOTAL A PAGAR

DETALLE POR COTIZANTE																																																
INFORMACIÓN COTIZANTE										INFORMACIÓN NOVEDADES							PENSIÓN							SALUD			RIESGOS LABORALES			CCF			PARAFISCALES															
No.	Tipo	No. de Identificación	Apellidos y Nombres	Cotizante	Subjeto	Exonerado	Columna exterior	Exonerado	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VBP	VBT	SILN	IOE	MA	MA	MA	MA	MA	MA	MA	Cód. AFP	IBC AFP	Cotización	Voluntari o Afiliado	Voluntario Aportante	Fondo pensional de solidaridad	Fondo pensional de subsistencia	Cód. EPS	IBC EPS	Cotización / Valor UPC	Cód. ARL	IBC ARL	Clase de Riesgo	Cotización	Código CCF	IBC CCF	Aporte CCF	IBC otros parafiscales	Aporte SENA	Aporte ICBF	Aporte ESAP	Aporte MEN	
1	CC	1019022182	JIMENEZ DIAZ HERNAN ALONSO	59	0			N																		230301	2.171.600	347.500	0	0	0	0	EPS005	2.171.600	271.500	14-23	2.171.600	3	53.000		0	0	0	0	0	0	0	0

PAGADA

Obligación N.º 1 – Actas de reunión, Correos de solicitud e inventario



Outlook

Solicitud de préstamo de coliseo para evento de Recreovía Nocturna – 11 de diciembre

Desde Hernan Alonso Jimenez Diaz <hernana.jimenez@idrd.gov.co>

Fecha Mar 25/11/2025 8:34

Para edufisico-manuel <edufisico-manuel@hotmail.com>; Cefe Fontanar <cefe.fontanar@idrd.gov.co>

Cordial saludo,

Me permito solicitar el **coliseo** CEFE Fontanar para la realización de un evento especial de **Recreovía Nocturna** dirigido a la comunidad. La actividad está proyectada para el **11 de diciembre**, en el horario de **5:00 p.m. a 8:00 p.m.**, como parte del cierre de año con los grupos de la jornada nocturna.

Agradecemos de antemano su gestión y quedamos atentos a su amable respuesta.

Cordialmente,



INSTITUTO DISTRITAL DE
**RECREACIÓN
Y DEPORTE**

HERNÁN JIMÉNEZ DÍAZ

Gestor Territorial
Programa Bogotá en Forma
RECREACIÓN

hernana.jimenez@idrd.gov.co

Cra 60 # 63a - 52

(601)-6605400



Formato de solicitud espacios en parques y escenarios administrados por el IDRE

[illegible]

INVENTARIO LOCALIDAD DE SUBA				
ITEM	PLACA	DESCRIPCIÓN	LOCALIDAD	UBICACION
32	44890	CABINA DE SONIDO MAXLIN	11.SUBA	PQ LA GAITANA
60	44936	MICROFONO INHALAMBRICO DE DIADEMA - SHURE	11.SUBA	PQ LA GAITANA
69	46973	MICROFONO INHALAMBRICO DE DIADEMA - SHURE	11.SUBA	PQ FONTANAR DEL RIO
120	47041	MICROFONO INHALAMBRICO DE DIADEMA - SHURE	11.SUBA	PQ FONTANAR DEL RIO
149	47098	CABINA DE SONIDO YAMAKI	11.SUBA	PQ FONTANAR DEL RIO
175	47134	CABINA DE SONIDO YAMAKI	11.SUBA	PQ FONTANAR DEL RIO
180	47139	CABINA DE SONIDO YAMAKI	11.SUBA	PQ FONTANAR DEL RIO
197	48636	TARIMA ROJA 4,80 X 2,40 MTS, PARA JORNADA DE ACTIVIDAD FISICA	11.SUBA	PQ FONTANAR DEL RIO
236	48748	CABINA DE SONIDO INHALAMBRICA	11.SUBA	CEFE COMETAS

Oligación N.º 2 Programación y Asistencia localidad SUBA, Seguimiento de metas

LOCALIDAD	FECHA(M/A/A)	HORANICIO	HORA FIN	PUNTO / ESCENARIO DE LA SESION	DIRECCION ESCENARIO	COMPONENTE	LINEA	FORMA DE OPERACION	SESION	TEMATICA DE LA SESION	INSTRUCTOR PRINCIPAL (APELLIDOS Y NOMBRES)	ACTIVIDADES	INSTRUCTOR ACOMPAÑANTE (APELLIDOS Y NOMBRES)	AUXILIAR DE PARQUE(APELLIDOS Y NOMBRES)	GESTOR(APELLIDOS Y NOMBRES)
11. SUBA	sábado, 1 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	8:00:00 a.m.	EFEE COMETAS	CLL 127 # 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES REPETITIVAS ISOTONICAS	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	sábado, 1 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	EFEE COMETAS	CLL 127 # 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE TROPICAL X CADENA Y CORO	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	sábado, 1 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	EFEE COMETAS	CLL 127 # 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	domingo, 2 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACION PROPRIOCEPTIVA	POR ASIGNAR	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	domingo, 2 de noviembre de 2025	8:55:00 a.m.	9:45:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVALY DESPLAZAMIENTOS	POR ASIGNAR	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	domingo, 2 de noviembre de 2025	9:50:00 a.m.	10:40:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPOCEPCION	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	domingo, 2 de noviembre de 2025	10:25:00 a.m.	11:15:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	ACTIVIDAD FISICA PARA LA FAMILIA Y NIÑOS (AFN)	TRABAJO DE LIBERACION TEMPORO ESPACIAL	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	domingo, 2 de noviembre de 2025	11:20:00 a.m.	12:10:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL REGION ORINOQUIA X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	domingo, 2 de noviembre de 2025	12:15:00 p.m.	1:05:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	POR ASIGNAR	1		JIMENEZ DIAZ HERNAN ALONSO	
11. SUBA	domingo, 2 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICAR	CROSS HIT (CRO)	TABATA FULL BODY	POR ASIGNAR	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	domingo, 2 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICAR	CROSS HIT (CRO)	ENFOQUE MIEMBROS INTERIORES LOCOMOCION	POR ASIGNAR	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	domingo, 2 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICAR	CROSS HIT (CRO)	TABATA CORE	POR ASIGNAR	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	domingo, 2 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICAR	CROSS HIT (CRO)	ARMAP MIEMBROS SUPERIORES TRACCION	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	domingo, 2 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	EFEE COMETAS	CLL 127 # 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	CICLO REC (CR)	INTERVALOS (FC 80% - 90%) 1 MIN DE TRABAJO X 2 MIN DE DESCANSO ACTIVO	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	domingo, 2 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	EFEE COMETAS	CLL 127 # 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	CICLO REC (CR)	INTERVALOS (FC 80% - 90%) 1 MIN DE TRABAJO X 2 MIN DE DESCANSO ACTIVO	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	lunes, 3 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	POR ASIGNAR	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	lunes, 3 de noviembre de 2025	8:55:00 a.m.	9:45:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	POR ASIGNAR	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	lunes, 3 de noviembre de 2025	9:50:00 a.m.	10:40:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPOCEPCION	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	lunes, 3 de noviembre de 2025	10:25:00 a.m.	11:15:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	ACTIVIDAD FISICA PARA LA FAMILIA Y NIÑOS (AFN)	JUEGO DE ROLES	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	lunes, 3 de noviembre de 2025	11:20:00 a.m.	12:10:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL REGION ATLANTICA X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	lunes, 3 de noviembre de 2025	12:15:00 p.m.	1:05:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL CON INCLUSION DE BRAZOS BASICOS REPETITIVOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	lunes, 3 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICAR	CROSS HIT (CRO)	FORTITE MIEMBROS INTERIORES LOCOMOCION	POR ASIGNAR	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	lunes, 3 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICAR	CROSS HIT (CRO)	ENFOQUE MIEMBROS SUPERIORES EMPUJE	POR ASIGNAR	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	lunes, 3 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICAR	CROSS HIT (CRO)	ARMAP MIEMBROS SUPERIORES LOCOMOCION	POR ASIGNAR	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	lunes, 3 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICAR	CROSS HIT (CRO)	TABATA FULL BODY	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	lunes, 3 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	EFEE COMETAS	CLL 127 # 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	CICLO REC (CR)	INTERVALOS (FC 80% - 90%) 1 MIN DE TRABAJO X 2 MIN DE DESCANSO ACTIVO	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	lunes, 3 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	EFEE COMETAS	CLL 127 # 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	CICLO REC (CR)	CONTINUO UNIFORME (FC 70% AL 75% BASE AEROBICA)	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	7:30:00 a.m.	8:20:00 a.m.	EASE GATIANA	BRANOS 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE URBANO X METODOLOGIA CORO	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	8:30:00 a.m.	9:20:00 a.m.	EASE GATIANA	BRANOS 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACION PROPRIOCEPTIVA	POR ASIGNAR	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	9:30:00 a.m.	10:20:00 a.m.	EASE GATIANA	BRANOS 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPOCEPCION	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 # 161	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	INTERVALOS (FC 80% - 90%) 1 MIN DE TRABAJO X 2 MIN DE DESCANSO ACTIVO	POSADA ALARCON ANDRES	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 # 161	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	CONTINUO UNIFORME (FC 70% AL 75% BASE AEROBICA)	POSADA ALARCON ANDRES	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	11:00:00 a.m.	11:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	12:00:00 p.m.	12:50:00 p.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	DANZA FT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL REGION ORINOQUIA	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE COSTA AZUL 1	CLL 137 # 102	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	RAMOS CASTRO HENRY DANIELA	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE COSTA AZUL 1	CLL 137 # 102	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL CON INCLUSION DE BRAZOS BASICOS REPETITIVOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	RAMOS CASTRO HENRY DANIELA	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE COSTA AZUL 1	CLL 137 # 102	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RAMOS CASTRO HENRY DANIELA	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO GATIANA	BRANVERNAL 126 N 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	DANZA FT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL REGION ATLANTICA	RINCON CORREA LIEURY NATALIA	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO GATIANA	BRANVERNAL 126 N 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	RINCON CORREA LIEURY NATALIA	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO GATIANA	BRANVERNAL 126 N 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVIA	NO APLICAR	YOGA (YOG)	ASANAS DE TORSION	RINCON CORREA LIEURY NATALIA	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	6:00:00 a.m.	6:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL REGION ATLANTICA X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	PAREJO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	PAREJO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	PAREJO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE AL CAMPESINO DE SUBA	CRA 105 B # 132 B	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INTERIORES	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE AL CAMPESINO DE SUBA	CRA 105 B # 132 B	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE AL CAMPESINO DE SUBA	CRA 105 B # 132 B	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LAGOS DE SUBA	CARRERA 102 # 129 - 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INTERIORES	RINCON GARAYTO YESON STIVEN	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LAGOS DE SUBA	CARRERA 102 # 129 - 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL CON INCLUSION DE BRAZOS BASICOS REPETITIVOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	RINCON GARAYTO YESON STIVEN	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE LAGOS DE SUBA	CARRERA 102 # 129 - 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RINCON GARAYTO YESON STIVEN	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CUEVO CORREDOIR CESAR IVAN	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	CONTINUO VARIABLE (FC 60% - 80%) COMBINAR TRABAJO DE PALAQUE BLAVE	CUEVO CORREDOIR CESAR IVAN	1		QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 # 161	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	PAR OTRAS DE MANEJO RESISTENCIAL	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CANCHITA FONTANAR	TV 142 # 150 A 401	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVALY DESPLAZAMIENTOS	POSADA ALARCON ANDRES	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	CANCHITA FONTANAR	TV 142 # 150 A 401	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	HEIDA GONZALEZ DINNA PAOLA	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	CANCHITA FONTANAR	TV 142 # 150 A 401	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	HEIDA GONZALEZ DINNA PAOLA	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE BERLIN	EALLE 146 C BISS #90 - 57	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVALY DESPLAZAMIENTOS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE BERLIN	EALLE 146 C BISS #90 - 57	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE BERLIN	EALLE 146 C BISS #90 - 57	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE LIB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	CRA 113 C #142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INTERIORES	CARANQUAY CARANQUAY BRENDA SOFIA	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LIB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	CRA 113 C #142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	CARANQUAY CARANQUAY BRENDA SOFIA	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LIB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	CRA 113 C #142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUALES	NO APLICAR	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CARANQUAY CARANQUAY BRENDA SOFIA	1			
11. SUBA	martes, 4 de noviembre de 2025	8:15:00 a.m.	9:05:00 a.m.	ARRIVANES DE SUBA	CRA 115 # 153 - 801	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO									

11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	GLORIA LARA	CRA 958 # 129 C B05	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE EL QUEQUE, ESQUIVA Y	CARANQUIAY CARANQUIAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	GLORIA LARA	CRA 958 # 129 C B05	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	CARANQUIAY CARANQUIAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	CLL 170 467 S1	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	POSDADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	CLL 170 467 S1	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	POSDADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	CLL 170 467 S1	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	POSDADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE EL PORTICO	ELL 1441 999 B02	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPERTECIONES ISOTONICAS	PARDO HERIBERTO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE EL PORTICO	ELL 1441 999 B02	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	PARDO HERIBERTO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE EL PORTICO	ELL 1441 999 B02	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	PARDO HERIBERTO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE BERLIN	ELL 1441 999 B02 # 90 - 57	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL D OTRAJUAL	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE BERLIN	ELL 1441 999 B02 # 90 - 57	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPOCEPCION	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE BERLIN	ELL 1441 999 B02 # 90 - 57	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO DE TIBABUEYES	CLL 139 1327 C 48	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	RANCO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO DE TIBABUEYES	CLL 139 1327 C 48	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPOCEPCION	RANCO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO DE TIBABUEYES	CLL 139 1327 C 48	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RANCO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A #151 F-01	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	IVAN LORENZO RINCÓN MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A #151 F-01	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	AEROBAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPTIENDOS Y ESTÁTICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A #151 F-01	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	DANZA FIT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, REGIÓN ORINOQUIA	IVAN LORENZO RINCÓN MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:30:00 a.m.	8:20:00 a.m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C # 40 78	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL D OTRAJUAL	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:30:00 a.m.	9:20:00 a.m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C # 40 78	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YODA (YOG)	ASANAS DE TORSION	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:30:00 a.m.	10:20:00 a.m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C # 40 78	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE URB. NUEVA TIBABUEYES (PILOTO)	CRA 113 C #142 A 53	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL D OTRAJUAL	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE URB. NUEVA TIBABUEYES (PILOTO)	CRA 113 C #142 A 53	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE URB. NUEVA TIBABUEYES (PILOTO)	CRA 113 C #142 A 53	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:30:00 a.m.	8:20:00 a.m.	BADE GAITANA	TRANS 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLIA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:30:00 a.m.	9:20:00 a.m.	BADE GAITANA	TRANS 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLIA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:30:00 a.m.	10:20:00 a.m.	BADE GAITANA	TRANS 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLIA	AEROBAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPTIENDOS Y ESTÁTICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 4201	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	DANZA FIT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, REGIÓN ORINOQUIA	IVAN LORENZO RINCÓN MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 4201	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INFERIORES	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 4201	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	IVAN LORENZO RINCÓN MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 4201	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, ZONA DE INTERIOR X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	GAICINCA RINCÓN PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 4201	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INFERIORES	GAICINCA RINCÓN PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A 4201	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	GAICINCA RINCÓN PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLIA	CICLO REC (CR)	CORTINIO VARIABLE (FC 60%- 80%) COMBINAR TRAMOS DE PALAQUE SLAVE	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLIA	CICLO REC (CR)	POR OTROS DE MANEJO RESISTENCIA	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	11:00:00 a.m.	11:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLIA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	CUEVOO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	12:00:00 p.m.	12:50:00 p.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLIA	DANZA FIT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, REGIÓN PACIFICA	CUEVOO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	2:00:00 p.m.	2:50:00 p.m.	BADE GAITANA	TRANS 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLIA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPOCEPCION	IVAN LORENZO RINCÓN MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	URBANIZACION COSTA AZUL Y LITAPARA	ENTRE CALLES 135 Y 134 CARREERA 102B Y PARQUE ENCANTADO	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	DANZATFIT (DAF)	DANZAS TRADICIONALES	HEIDA GONZALEZ GONZALEZ	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE COSTA AZUL 1	CLL 137 1102	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL D OTRAJUAL	HEIDA GONZALEZ GONZALEZ	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE COSTA AZUL 1	CLL 137 1102	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	HEIDA GONZALEZ GONZALEZ	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO GAITANA	TRANSVERSAAL 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO GAITANA	TRANSVERSAAL 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	DANZA FIT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, REGIÓN ATLANTICA	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO GAITANA	TRANSVERSAAL 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPERTECIONES ISOTONICAS	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLIA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL D OTRAJUAL	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLIA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, REGIÓN PACIFICA X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLIA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPOCEPCION	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLIA	DANZATFIT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, REGIÓN ATLANTICA	PARDO HERIBERTO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE ACAPARIMOS DE SUBA	CRA 105 # 1132 B	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPERTECIONES ISOTONICAS	PARDO HERIBERTO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE ACAPARIMOS DE SUBA	CRA 105 # 1132 B	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	PARDO HERIBERTO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LAGOS DE SUBA	CARRERA 102 # 129 - 78	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	DANZATFIT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, REGIÓN ATLANTICA	SANABARRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LAGOS DE SUBA	CARRERA 102 # 129 - 78	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPERTECIONES ISOTONICAS	SANABARRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE LAGOS DE SUBA	CARRERA 102 # 129 - 78	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	SANABARRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 # 161	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	DANZATFIT (DAF)	DANZAS TRADICIONALES	IVAN LORENZO RINCÓN MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 # 161	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPERTECIONES ISOTONICAS	IVAN LORENZO RINCÓN MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 # 161	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	IVAN LORENZO RINCÓN MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE MIRAMIDEA	ELL 188 # 46	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RANCO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE MIRAMIDEA	ELL 188 # 46	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	DANZA FIT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, ZONA DE INTERIOR	RANCO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE MIRAMIDEA	ELL 188 # 46	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL D OTRAJUAL	RANCO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	URB PRADOS DE SUBA	CARRERA 102 # 153 27	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	DANZATFIT (DAF)	DANZAS TRADICIONALES	CARANQUIAY CARANQUIAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	URB PRADOS DE SUBA	CARRERA 102 # 153 27	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL D OTRAJUAL	CARANQUIAY CARANQUIAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	11:00:00 a.m.	11:50:00 a.m.	URB PRADOS DE SUBA	CARRERA 102 # 153 27	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CARANQUIAY CARANQUIAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	EEIFI COMETAS	CLL 127 877 A	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	GAICINCA RINCÓN PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	EEIFI COMETAS	CLL 127 877 A	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	DANZA FIT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, REGIÓN PACIFICA	GAICINCA RINCÓN PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	EEIFI COMETAS	CLL 127 877 A	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	GAICINCA RINCÓN PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A #151 F-01	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL D OTRAJUAL	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A #151 F-01	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, REGIÓN ORINOQUA X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A #151 F-01	ACTIVIDAD FISICA, MANZANAS, DEL CIUDADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	YODA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	miércoles, 5 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:									

11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE URB. NUEVA TRIBAYUES (PILOTO)	CRA113 C 1142 A53	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RANCHO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE URB. NUEVA TRIBAYUES (PILOTO)	CRA113 C 1142 A53	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMÉTRICO	RANCHO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE URB. NUEVA TRIBAYUES (PILOTO)	CRA113 C 1142 A53	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	CONSTRUCCIÓN BÁSICA BILATERAL, CON INCLUSIÓN DE BRAZOS BÁSICOS REPETITIVOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	HIDALGO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE CASA BLANCA	ERA80 #145- 88	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	TRABAJO ISOMÉTRICO	HIDALGO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE CASA BLANCA	ERA80 #145- 88	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	GINNASIOS NOCTURNOS	HIDALGO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE CASA BLANCA	ERA80 #145- 88	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	CONSTRUCCIÓN BÁSICA BILATERAL, CON INCLUSIÓN DE BRAZOS BÁSICOS REPETITIVOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	AGRUPACIÓN VIVIENDA GRANADA NORTE	CALLE 187 #51 - 40	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE URB. SAN DIEGO (CAJ MAZUREN)	CLL 164 E52	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	GINNASIOS NOCTURNOS	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE URB. SAN DIEGO (CAJ MAZUREN)	CLL 164 E52	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	CONSTRUCCIÓN BÁSICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTÁTICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	CARANOLUY CARANOLUY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	URBANIZACIÓN VICTORIA NORTE	EALLE 150N #391	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACIÓN PROPRIOCEPTIVA	CARANOLUY CARANOLUY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	URBANIZACIÓN VICTORIA NORTE	EALLE 150N #391	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	GINNASIOS NOCTURNOS	CARANOLUY CARANOLUY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	URBANIZACIÓN VICTORIA NORTE	EALLE 150N #391	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	URB. NUEVO HORIZONTE (SAN JOSE DEL PRADO)	CALLE 135 #54D	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	GINNASIOS NOCTURNOS	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	URB. NUEVO HORIZONTE (SAN JOSE DEL PRADO)	CALLE 135 #54D	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	GINNASIOS NOCTURNOS	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	URB. NUEVO HORIZONTE (SAN JOSE DEL PRADO)	CALLE 135 #54D	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	ENOM MIEMBROS SUPERIORES EMPUJE	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	6:00:00 a.m.	6:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	AMAP MIEMBROS SUPERIORES TRACCION	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	AMAP MIEMBROS SUPERIORES TRACCION	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE LA SIRENA	CALLE 180 #57- 70	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	TRABAJO DIAGONAL, O TRIAXIAL	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LA SIRENA	CALLE 180 #57- 70	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	GINNASIOS NOCTURNOS	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LA SIRENA	CALLE 180 #57- 70	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	TRABAJO ISOMÉTRICO	HIDALGO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, REGIÓN ATLÁNTICA, METODOLOGÍA SUMATORIA Y YACADENA	HIDALGO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	Viernes, 7 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPRIOCÉPCION	HIDALGO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	Sábado, 8 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	EEIFI COMETAS	CLL 127 #87 A	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACIÓN PROPRIOCEPTIVA	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	Sábado, 8 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	EEIFI COMETAS	CLL 127 #87 A	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE URBANO Y METODOLOGÍA CORO	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	Sábado, 8 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	EEIFI COMETAS	CLL 127 #87 A	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACIÓN PROPRIOCEPTIVA	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	8:55:00 a.m.	9:45:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INFERIORES	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	9:50:00 a.m.	10:40:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	YOGA (YOG)	DESPLAZAMIENTOS	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	10:55:00 a.m.	11:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	YOGA (YOG)	TRABAJO PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	11:55:00 a.m.	12:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	YOGA (YOG)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INFERIORES	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	11:20:00 a.m.	12:10:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, ZONA DE INTERIOR Y METODOLOGÍA SUMATORIA Y YACADENA	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	12:15:00 p.m.	1:05:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	AMAP MIEMBROS SUPERIORES TRACCION	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	AMAP MIEMBROS SUPERIORES TRACCION	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	ENOM MIEMBROS SUPERIORES EMPUJE	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	9:50:00 a.m.	10:40:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A4201	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	AMAP MIEMBROS SUPERIORES TRACCION	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	EEIFI COMETAS	CLL 127 #87 A	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	CICLO REC (CR)	CORTINADO UNIFORME (FC 70% LA 70% BASE AERÓBICA)	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 9 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	EEIFI COMETAS	CLL 127 #87 A	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	CICLO REC (CR)	CORTINADO VARIABLE (FC 60%- 80%) (COMBINAR TRAMOS DE PALAQUE SLAVE	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	FOR OTROS DE MANO RESISTENCIA	POSSADA ALICON ANDRES	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	CORTINADO UNIFORME (FC 70% LA 70% BASE AERÓBICA)	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	CORTINADO VARIABLE (FC 60%- 80%) (COMBINAR TRAMOS DE PALAQUE SLAVE	POSSADA ALICON ANDRES	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	AEROBAT (AER)	CONSTRUCCIÓN BÁSICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTÁTICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPRIOCÉPCION	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	BAZE GATIANA	BRAN5 128 #134- 88	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	11:00:00 a.m.	11:50:00 a.m.	BAZE GATIANA	BRAN5 128 #134- 88	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	DANCE FIT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, ZONA DE INTERIOR	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	SANTARIBABOTA	ERA151 CALLE 132	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCIÓN BÁSICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTÁTICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	CUERVO CORREDOZ CESAR IVAN	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	SANTARIBABOTA	ERA151 CALLE 132	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (FI)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	CUERVO CORREDOZ CESAR IVAN	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	SANTARIBABOTA	ERA151 CALLE 132	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CUERVO CORREDOZ CESAR IVAN	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE MIRANDELA	ELL 188 A 46	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CLASES GRUPALES	NO APLICA	TRABAJO ISOMÉTRICO	PABLO HERRERO ROBERT GIOVANNY	PABLO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE MIRANDELA	ELL 188 A 46	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (FI)	TRABAJO ISOMÉTRICO	PABLO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE MIRANDELA	ELL 188 A 46	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOVIA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE URBANO Y METODOLOGÍA CORO	PABLO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE SAN GABRIEL	CRA92 # 119	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCIÓN BÁSICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTÁTICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RANCHO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE SAN GABRIEL	CRA92 # 119	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (FI)	TRABAJO ISOMÉTRICO	RANCHO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE SAN GABRIEL	CRA92 # 119	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RANCHO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	DESARROLLO EL PORTAL DE LAS HERCEDESII	ENTRE CARRERAS 108B Y 110 CON CALLE 152D Y ESTACIONAMEN	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCIÓN BÁSICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTÁTICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	HIDALGO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	DESARROLLO EL PORTAL DE LAS HERCEDESII	ENTRE CARRERAS 108B Y 110 CON CALLE 152D Y ESTACIONAMEN	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (FI)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	HIDALGO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	DESARROLLO EL PORTAL DE LAS HERCEDESII	ENTRE CARRERAS 108B Y 110 CON CALLE 152D Y ESTACIONAMEN	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	HIDALGO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO DE TRIBAYUES	CLL 139 #127 C-48	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RINCON GARAYOTO YESON STEVEN	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO DE TRIBAYUES	CLL 139 #127 C-48	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (FI)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACIÓN PROPRIOCEPTIVA	RINCON GARAYOTO YESON STEVEN	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO DE TRIBAYUES	CLL 139 #127 C-48	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RINCON GARAYOTO YESON STEVEN	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LA MANUELITA	CRA89 # #124 A	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LA MANUELITA	CRA89 # #124 A	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (FI)	TRABAJO ISOMÉTRICO	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE LA MANUELITA	CRA89 # #124 A	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIOS AL PARQUE - PROMOCION (AF)	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	lunes, 10 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	AGRUPACIÓN VIVIENDA GRANADA NORTE	CALLE 187 #51 - 40	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES					

11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	BAQUE COSTA AZUL 1	CLL 137 102	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RANCO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	BAQUE COSTA AZUL 1	CLL 137 102	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RANCO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO GATIANA	TRANSVERSAL 126 N 134 - 88	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLICA	DANZA FIT (DAF)	DANZAS TRADICIONALES	RINCON CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	8:00:00 p.m.	8:50:00 p.m.	POLIDEPORTIVO GATIANA	TRANSVERSAL 126 N 134 - 88	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLICA	ENTENAMIENTO FUNCIONAL (F)	TRABAJOS DE ESTABILIDAD Y FORTALECIMIENTO PROPRIOCEPTIVO	RINCON CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	RUMBA FITNESS (RFI)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	PARDON HERREIRO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	ENTENAMIENTO FUNCIONAL (F)	ENFOQUE URBANO METEODOLÓGICO	PARDON HERREIRO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	8:00:00 p.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASAMAS DE TORSION	PARDON HERREIRO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE LA CAPIRARI DE SUBA	CRA 105 B # 132 B	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 p.m.	PARQUE LA CAPIRARI DE SUBA	CRA 105 B # 132 B	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LA CAPIRARI DE SUBA	CRA 105 B # 132 B	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LAGOS DE SUBA	CARRERA 102 E 129 - 78	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INTERIORES	RINCON GARAYOTO YSISON STEVEN	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LAGOS DE SUBA	CARRERA 102 E 129 - 78	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RINCON GARAYOTO YSISON STEVEN	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE LAGOS DE SUBA	CARRERA 102 E 129 - 78	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RINCON GARAYOTO YSISON STEVEN	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 #161	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	CUERVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 #161	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPTEDORES ESTÁTICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	CUERVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 #161	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CACHA FONTANAR	TV 142 E 150 A 401	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	HEIDOL PLAZAS GRINNA PADLA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	CACHA FONTANAR	TV 142 E 150 A 401	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	HEIDOL PLAZAS GRINNA PADLA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	10:00:00 p.m.	10:50:00 p.m.	CACHA FONTANAR	TV 142 E 150 A 401	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	HEIDOL PLAZAS GRINNA PADLA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE BERLIN	BALE 146 C B68 #90 - 57	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE BERLIN	BALE 146 C B68 #90 - 57	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE BERLIN	BALE 146 C B68 #90 - 57	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE LIB. NUEVA TIBIRABUES (PILOTO)	CRA 113 C #142 A 53	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INTERIORES	CARANAGUAY CARANAGUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LIB. NUEVA TIBIRABUES (PILOTO)	CRA 113 C #142 A 53	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON INCLUIDOR DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	CARANAGUAY CARANAGUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LIB. NUEVA TIBIRABUES (PILOTO)	CRA 113 C #142 A 53	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CARANAGUAY CARANAGUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	8:15:00 a.m.	9:05:00 a.m.	ARRIVAYAS DE SUBAY	CRA 115 # 153 - 801	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, REGION ORINOQUIA Y METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	9:15:00 a.m.	10:05:00 a.m.	ARRIVAYAS DE SUBAY	CRA 115 # 153 - 801	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	ENTENAMIENTO FUNCIONAL (F)	TRABAJOS ISOMETRICOS	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	10:15:00 a.m.	11:05:00 a.m.	ARRIVAYAS DE SUBAY	CRA 115 # 153 - 801	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	7:30:00 p.m.	8:20:00 p.m.	URBANIZACION NIZA SUR	TRANSVERSAL 57 CON CALLE 118 COSTADO SUR ORIENTAL	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	8:30:00 p.m.	9:20:00 p.m.	URBANIZACION NIZA SUR	TRANSVERSAL 57 CON CALLE 118 COSTADO SUR ORIENTAL	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	8:30:00 p.m.	9:20:00 p.m.	URBANIZACION NIZA SUR	TRANSVERSAL 57 CON CALLE 118 COSTADO SUR ORIENTAL	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RANCO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RANCO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RANCO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	PARDON HERREIRO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	PARDON HERREIRO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	CUERVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE LOMBARDA	ELL 143 S 107 A 05	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	CUERVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE LOMBARDA	ELL 143 S 107 A 05	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	CUERVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	GLORIA LARA	CRA 95 S # 120 C B85	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	GLORIA LARA	CRA 95 S # 120 C B85	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	GLORIA LARA	CRA 95 S # 120 C B85	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	GLORIA LARA	CRA 95 S # 120 C B85	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE SAN PEDRO	ERA 55A # 187 - 51	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	GONZALEZ DURAN WILLIFRANK	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE SAN PEDRO	ERA 55A # 187 - 51	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	GONZALEZ DURAN WILLIFRANK	1
11. SUBA	martes, 11 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE SAN PEDRO	ERA 55A # 187 - 51	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	GONZALEZ DURAN WILLIFRANK	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	INTERVALS (FC 60% - 90%) 1 MIN DE TRABAJO 2 MIN DE DESCANSO ACTIVO	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	CONTINUO VARIABLE I (FC 60% - 80%) COMBINAR TRAMOS DE PALAQUE SLAVE	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	12:00:00 p.m.	12:50:00 p.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	POR OTROS DE MAYOR RESISTENCIA	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	8:00:00 p.m.	8:50:00 p.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	AEROBAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPTEDORES ESTÁTICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C #141C	ACTIVIDAD, FISICA, MANZANAS, DEL, CIUDADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	DANZA FIT (DAF)	EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CHRO)	FOLCLOR NACIONAL, REGION ATLANTICA	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CHRO)	TABARRA FULL BODY	CUERVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	8:00:00 p.m.	8:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CHRO)	AMAP MEMBRAS Y VENTILACION A LOCOMOCION	CUERVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE LOMBARDA	ELL 143 S 107 A 05	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECROIVA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	FORTIME MEMBRAS SUPERFICES EMPUNE	CUERVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LOMBARDA	ELL 143 S 107 A 05	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECROIVA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR INTERNACIONAL Y METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	HEIDOL PLAZAS GRINNA PADLA	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LOMBARDA	ELL 143 S 107 A 05	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECROIVA	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INTERIORES	HEIDOL PLAZAS GRINNA PADLA	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LOMBARDA	ELL 143 S 107 A 05	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECROIVA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	HEIDOL PLAZAS GRINNA PADLA	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	9:00:00 p.m.	9:50:00 p.m.	GLORIA LARA	CRA 95 S # 120 C B85	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECROIVA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE URBANO METEODOLÓGICO	CARANAGUAY CARANAGUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	GLORIA LARA	CRA 95 S # 120 C B85	ACTIVIDAD, FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECROIVA	NO APLICA	YOGA (YOG)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INTERIORES	CARANAGUAY CARANAGUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE SAN JOSE DE BABAYRA	CLL 170 A 675 11	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE SAN JOSE DE BABAYRA	CLL 170 A 675 11	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS DE TORSION	PARDON HERREIRO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE SAN JOSE DE BABAYRA	CLL 170 A 675 11	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	BAQUE EL PORTICO	ELL 141 S 99B 02	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTENAMIENTO FUNCIONAL (F)	TRABAJOS ISOMETRICOS	PARDON HERREIRO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	miércoles, 12 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	BAQUE EL PORTICO	ELL 141 S 99B 02	ACTIVIDAD, FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPOCEPTIVO		

11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	7:00.0 a. m.	7:50.00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA, MANZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	BERNAL, CADEDO RUBEN DARIO	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA, MANZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	TRABAJO ISOMETRICO	TRABAJO ISOMETRICO	BERNAL, CADEDO RUBEN DARIO	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	7:50.00 a. m.	PARQUE AL CAMPESINO DE SUBA	CRA 105 B #121B	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	DANZA FIT (DAP)	FOLCLOR NACIONAL, REGION ORINOQUIA	PABLO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	PARQUE ALCAPARROS DE SUBA	CRA 105 B #121B	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y FORTALECIMIENTO PROPRIOCEPTIVO	PABLO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	PARQUE LAJOS DE SUBA	CRA 105 B #121B	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	PABLO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	PARQUE LAJOS DE SUBA	CARREERA 102 #129-78	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	DANZA FIT (DAP)	FOLCLOR NACIONAL, ZONA DE INTERIOR	SANBARRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	PARQUE LAJOS DE SUBA	CARREERA 102 #129-78	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL, O TRIAXIAL	SANBARRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	PARQUE LAJOS DE SUBA	CARREERA 102 #129-78	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	SANBARRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	7:00.00 a. m.	7:50.00 a. m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALTIRE	ERA96 #161	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	DANZA FIT (DAP)	FOLCLOR NACIONAL, REGION ATLANTICA	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALTIRE	ERA96 #161	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL, O TRIAXIAL	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALTIRE	ERA96 #161	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:50.00 a. m.	8:50.00 a. m.	PARQUE MIRANDELA	ELL 188 # 46	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLIC	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RANCHO CASTRO JHENNY DANIELA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	PARQUE MIRANDELA	ELL 188 # 46	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLIC	DANZAFIT (DAP)	DANZAS TRADICIONALES	RANCHO CASTRO JHENNY DANIELA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	10:00.00 a. m.	10:50.00 a. m.	PARQUE MIRANDELA	ELL 188 # 46	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL, O TRIAXIAL	RANCHO CASTRO JHENNY DANIELA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	URB PRADOS DE SUBA	CARREERA 102 #153-27	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	DANZA FIT (DAP)	FOLCLOR NACIONAL, ZONA DE INTERIOR	CANANOLAY CANANOLAY BRENDA SOFIA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	10:00.00 a. m.	10:50.00 a. m.	URB PRADOS DE SUBA	CARREERA 102 #153-27	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	CANANOLAY CANANOLAY BRENDA SOFIA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	11:00.00 a. m.	11:50.00 a. m.	URB PRADOS DE SUBA	CARREERA 102 #153-27	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CANANOLAY CANANOLAY BRENDA SOFIA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	7:00.00 a. m.	7:50.00 a. m.	BEFE COMETAS	ELL 127 # 87 A	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLIC	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	BEFE COMETAS	ELL 127 # 87 A	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLIC	DANZA FIT (DAP)	FOLCLOR NACIONAL, REGION PACIFICA	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	BEFE COMETAS	ELL 127 # 87 A	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL, O TRIAXIAL	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARREERA 136A #151F-01	ACTIVIDAD_FISICA, MANZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARREERA 136A #151F-01	ACTIVIDAD_FISICA, MANZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, REGION ATLANTICA X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	10:00.00 a. m.	10:50.00 a. m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARREERA 136A #151F-01	ACTIVIDAD_FISICA, MANZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	7:00.00 a. m.	7:50.00 a. m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127C #487B	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	DANZA FIT (DAP)	DANZAS TRADICIONALES	POSADA ALCARON ANDRES	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127C #487B	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL, O TRIAXIAL	POSADA ALCARON ANDRES	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127C #487B	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	POSADA ALCARON ANDRES	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	7:50.00 a. m.	PARQUE CATALUNA	CRA 103F #131-08	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	DANZA FIT (DAP)	FOLCLOR NACIONAL, REGION ATLANTICA	CONZALEZ DURAN WILFRANK	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	PARQUE CATALUNA	CRA 103F #131-08	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	CONZALEZ DURAN WILFRANK	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	PARQUE CATALUNA	CRA 103F #131-08	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CONZALEZ DURAN WILFRANK	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:00.00 p. m.	8:50.00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	ELL 147 #141A-021	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	6:00.00 p. m.	6:50.00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 #141A-021	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	7:00.00 p. m.	7:50.00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 #141A-021	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:00.00 p. m.	8:50.00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 #141A-021	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON CORREA LIDY NATALIA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	6:00.00 p. m.	6:50.00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	ELL 147 #141A-021	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON CORREA LIDY NATALIA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	7:00.00 p. m.	7:50.00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	ELL 147 #141A-021	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON CORREA LIDY NATALIA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:00.00 p. m.	8:50.00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	ELL 147 #141A-021	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON CORREA LIDY NATALIA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	6:00.00 p. m.	6:50.00 p. m.	PARQUE LOMABORDA	ELL 143 #107 A05	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	CANANOLAY CANANOLAY BRENDA SOFIA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	6:00.00 p. m.	6:50.00 p. m.	PARQUE LOMABORDA	ELL 143 #107 A05	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	CANANOLAY CANANOLAY BRENDA SOFIA	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	5:00.00 p. m.	5:50.00 p. m.	GLORIA LARA	CRA95B #120C B15	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON GARAYTO YELSON STEVEN	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	6:00.00 p. m.	6:50.00 p. m.	GLORIA LARA	CRA95B #120C B15	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON GARAYTO YELSON STEVEN	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	7:00.00 p. m.	7:50.00 p. m.	GLORIA LARA	CRA95B #120C B15	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON GARAYTO YELSON STEVEN	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	8:00.00 p. m.	8:50.00 p. m.	GLORIA LARA	CRA95B #120C B15	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON GARAYTO YELSON STEVEN	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	5:00.00 p. m.	5:50.00 p. m.	PARQUE SAN PEDRO	ERA55A #187-51	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	POSADA ALCARON ANDRES	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	6:00.00 p. m.	6:50.00 p. m.	PARQUE SAN PEDRO	ERA55A #187-51	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	POSADA ALCARON ANDRES	1	
11. SUBA	viernes, 13 de noviembre de 2025	7:00.00 p. m.	7:50.00 p. m.	PARQUE SAN PEDRO	ERA55A #187-51	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLIC	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	POSADA ALCARON ANDRES	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	7:00.00 a. m.	7:50.00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA, MANZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	INTERVALOS (TC 60% - 90%) 1 MIN DE TRABAJO X 2 MIN DE DESCANSO ACTIVO	RINCON GARAYTO YELSON STEVEN	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA, MANZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	CONTINUO UNIFORME (FC 70% AL 70% BASE AEROBICA)	RINCON GARAYTO YELSON STEVEN	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	7:00.00 a. m.	7:50.00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA, MANZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	POSADA ALCARON ANDRES	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA, MANZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	POSADA ALCARON ANDRES	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA, MANZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPRIOCEPCION	POSADA ALCARON ANDRES	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	12:00.00 p. m.	12:50.00 p. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA, MANZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	FOLCLOR NACIONAL, REGION ORINOQUIA	RINCON GARAYTO YELSON STEVEN	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	7:00.00 a. m.	7:50.00 a. m.	PARQUE SAN GABRIEL	CRA92C #119	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RINCON CORREA LIDY NATALIA	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	8:00.00 p. m.	8:50.00 p. m.	PARQUE SAN GABRIEL	CRA92C #119	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y FORTALECIMIENTO PROPRIOCEPTIVO	RINCON CORREA LIDY NATALIA	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	PARQUE SAN GABRIEL	CRA92C #119	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RINCON CORREA LIDY NATALIA	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	7:00.00 a. m.	7:50.00 a. m.	PARQUE LOMABORDA	ELL 143 #107 A05	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLIC	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, ZONA DE INTERIOR X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	BERNAL, CADEDO RUBEN DARIO	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	PARQUE LOMABORDA	ELL 143 #107 A05	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLIC	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	BERNAL, CADEDO RUBEN DARIO	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	PARQUE LOMABORDA	ELL 143 #107 A05	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLIC	YOGA (YOG)	ASANAS DE TORSION	BERNAL, CADEDO RUBEN DARIO	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	7:00.00 a. m.	7:50.00 a. m.	GLORIA LARA	CRA95B #120C B15	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLIC	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, ZONA DE INTERIOR X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	SANBARRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	GLORIA LARA	CRA95B #120C B15	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLIC	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	SANBARRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	GLORIA LARA	CRA95B #120C B15	ACTIVIDAD_FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREOIVA	NO APLIC	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	SANBARRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	ELL 170 #6751	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	AEROBEAT (AER)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	CUEVO CORREDOR CESAR IVAN	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	ELL 170 #6751	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL, O TRIAXIAL	CUEVO CORREDOR CESAR IVAN	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	10:00.00 a. m.	10:50.00 a. m.	PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	ELL 170 #6751	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CUEVO CORREDOR CESAR IVAN	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	7:00.00 a. m.	7:50.00 a. m.	SANTA TRIBUNTA	ERA 151 CALLE 132	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	AEROBEAT (AER)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	PABLO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	8:00.00 a. m.	8:50.00 a. m.	SANTA TRIBUNTA	ERA 151 CALLE 132	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	PABLO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1	
11. SUBA	viernes, 14 de noviembre de 2025	9:00.00 a. m.	9:50.00 a. m.	SANTA TRIBUNTA	ERA 151 CALLE 132	ACTIVIDAD_FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPA						

11. SUBA	domingo, 16 de noviembre de 2025	10:00.0 a.m.	10:50.0 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	CHIPPER FULL BODY	POR ASIGNAR	1	
11. SUBA	domingo, 16 de noviembre de 2025	8:00.0 a.m.	8:50.0 a.m.	BEFE COMETAS	CLL 127 F 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	CICLO REC (CR)	CONTINUO VARIABLE FC 60%- 80% COMBINAR TRAMOS DE PALAQUE SLUAVE POR OTROS DE MAYOR RESISTENCIA	POR ASIGNAR	1	
11. SUBA	domingo, 16 de noviembre de 2025	9:00.0 a.m.	9:50.0 a.m.	BEFE COMETAS	CLL 127 F 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	CICLO REC (CR)	INTERVALS FC 80%- 90% 1 MIN DE TRABAJO X 2 MIN DE DESCANSO ACTIVO	POR ASIGNAR	1	
11. SUBA	lunes, 17 de noviembre de 2025	8:00.0 a.m.	8:50.0 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	POR ASIGNAR	1	
11. SUBA	lunes, 17 de noviembre de 2025	8:55.00 a.m.	9:45.00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	POR ASIGNAR	1	
11. SUBA	lunes, 17 de noviembre de 2025	9:50.0 a.m.	10:40.0 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	POR ASIGNAR	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	lunes, 17 de noviembre de 2025	10:25.00 a.m.	11:15.00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	ACTIVIDAD FISICA PARA LA FAMILIA Y NIÑOS (AFN)	ACTIVIDADES QUE TRABAJAN EL EQUILIBRIO Y LA PROPIOCEPCION	POR ASIGNAR	1	
11. SUBA	lunes, 17 de noviembre de 2025	11:20.00 a.m.	12:10.00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE URBANO X METODOLOGIA CORO	POR ASIGNAR	1	
11. SUBA	lunes, 17 de noviembre de 2025	12:15.00 p.m.	1:05.00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXP. CLACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	POR ASIGNAR	1	
11. SUBA	lunes, 17 de noviembre de 2025	7:00.00 a.m.	7:50.00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	ENFOQUE MIEMBROS SUPERIORES TRACCION	POR ASIGNAR	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	lunes, 17 de noviembre de 2025	8:00.00 a.m.	8:50.00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	FORTEME MIEMBROS INFERIORES LCOMOCION	POR ASIGNAR	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	lunes, 17 de noviembre de 2025	9:00.00 a.m.	9:50.00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	AMAP MIEMBROS INFERIORES LCOMOCION	POR ASIGNAR	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	lunes, 17 de noviembre de 2025	10:00.00 a.m.	10:50.00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	AMAP MIEMBROS SUPERIORES TRACCION	POR ASIGNAR	1	
11. SUBA	lunes, 17 de noviembre de 2025	8:00.00 a.m.	8:50.00 a.m.	BEFE COMETAS	CLL 127 F 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	CICLO REC (CR)	CONTINUO VARIABLE FC 60%- 80% COMBINAR TRAMOS DE PALAQUE SLUAVE POR OTROS DE MAYOR RESISTENCIA	POR ASIGNAR	1	
11. SUBA	lunes, 17 de noviembre de 2025	9:00.00 a.m.	9:50.00 a.m.	BEFE COMETAS	CLL 127 F 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	CICLO REC (CR)	INTERVALS FC 80%- 90% 1 MIN DE TRABAJO X 2 MIN DE DESCANSO ACTIVO	POR ASIGNAR	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:20.00 a.m.	8:20.00 a.m.	BASE GATIANA	TRANS 126 F 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	AEROBEAT (AER)	EXP. CLACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:30.00 a.m.	9:20.00 a.m.	BASE GATIANA	TRANS 126 F 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (F)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	9:30.00 a.m.	10:20.00 a.m.	BASE GATIANA	TRANS 126 F 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:00.00 a.m.	7:50.00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	CONTINUO VARIABLE FC 60%- 80% COMBINAR TRAMOS DE PALAQUE SLUAVE POR OTROS DE MAYOR RESISTENCIA	POSADA ALARCON ANDRES	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:00.00 a.m.	8:50.00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	CONTINUO VARIABLE FC 60%- 80% COMBINAR TRAMOS DE PALAQUE SLUAVE POR OTROS DE MAYOR RESISTENCIA	POSADA ALARCON ANDRES	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	11:00.00 a.m.	11:50.00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS DE TORSION	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	12:00.00 p.m.	12:50.00 p.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	DANZATI (DAP)	FOLCLOR NACIONAL, REGION ORINOQUIA	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:00.00 a.m.	7:50.00 a.m.	PARQUE COSTAZULA 1	CLL 137 F 102	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXP. CLACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	RANCO CASTRO JHEPHY DANIELA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:00.00 a.m.	8:50.00 a.m.	PARQUE COSTAZULA 1	CLL 137 F 102	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (F)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y PROPIOCEPCION	RANCO CASTRO JHEPHY DANIELA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	9:00.00 a.m.	9:50.00 a.m.	PARQUE COSTAZULA 1	CLL 137 F 102	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RANCO CASTRO JHEPHY DANIELA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:00.00 a.m.	7:50.00 a.m.	POLIDEPORTIVO GATIANA	TRANSVERSAL 126 F 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (F)	SERIES Y REPERTECCIONES ISOTONICAS	RINCON CORREA LEIDY NATALIA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:00.00 a.m.	8:50.00 a.m.	POLIDEPORTIVO GATIANA	TRANSVERSAL 126 F 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, REGION ATLANTICA X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	RINCON CORREA LEIDY NATALIA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	9:00.00 a.m.	9:50.00 a.m.	POLIDEPORTIVO GATIANA	TRANSVERSAL 126 F 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	RINCON CORREA LEIDY NATALIA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	6:00.00 a.m.	6:50.00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	AEROBEAT (AER)	EXP. CLACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	PAREDO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:00.00 a.m.	7:50.00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (F)	SERIES Y REPERTECCIONES ISOTONICAS	PAREDO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:00.00 a.m.	8:50.00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS DE TORSION	PAREDO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:00.00 a.m.	7:50.00 a.m.	PARQUE AL CAPARROES DE SUBA	CRA 105 B F 112 B	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON INCLUSION DE BRAZOS BASICOS REPETITIVOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:00.00 a.m.	8:50.00 a.m.	PARQUE AL CAPARROES DE SUBA	CRA 105 B F 112 B	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (F)	TRABAJO ISOMETRICO	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	9:00.00 a.m.	9:50.00 a.m.	PARQUE AL CAPARROES DE SUBA	CRA 105 B F 112 B	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:00.00 a.m.	8:50.00 a.m.	PARQUE LAGOS DE SUBA	CARRERA 102 F 129 - 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON INCLUSION DE BRAZOS BASICOS REPETITIVOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	RINCON GARAYITO YESSEN STEVEN	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	9:00.00 a.m.	9:50.00 a.m.	PARQUE LAGOS DE SUBA	CARRERA 102 F 129 - 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (F)	TRABAJO ISOMETRICO	RINCON GARAYITO YESSEN STEVEN	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	10:00.00 a.m.	10:50.00 a.m.	PARQUE LAGOS DE SUBA	CARRERA 102 F 129 - 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RINCON GARAYITO YESSEN STEVEN	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:00.00 a.m.	7:50.00 a.m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 F 91	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXP. CLACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	CUEVOO CORREDOY CESAR IVAN	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:00.00 a.m.	8:50.00 a.m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 F 91	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (F)	TRABAJO DINAMICO O TRABAJO	CUEVOO CORREDOY CESAR IVAN	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	9:00.00 a.m.	9:50.00 a.m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 F 91	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	POSADA ALARCON ANDRES	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:30.00 a.m.	8:50.00 a.m.	PARQUE EL CAPARROES DE SUBA	TV 142 F 150 A 401	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	HIDALGO PLAZAS GRINA PAOLA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	9:00.00 a.m.	9:50.00 a.m.	CANCHIA FONTANAR	TV 142 F 150 A 401	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (F)	TRABAJO ISOMETRICO	HIDALGO PLAZAS GRINA PAOLA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	10:00.00 a.m.	10:50.00 a.m.	CANCHIA FONTANAR	TV 142 F 150 A 401	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	HIDALGO PLAZAS GRINA PAOLA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:00.00 a.m.	7:50.00 a.m.	PARQUE BERLIN	BALE 146 C B5 F 90 - 57	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXP. CLACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:00.00 a.m.	8:50.00 a.m.	PARQUE BERLIN	BALE 146 C B5 F 90 - 57	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (F)	SERIES Y REPERTECCIONES ISOTONICAS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	9:00.00 a.m.	9:50.00 a.m.	PARQUE BERLIN	BALE 146 C B5 F 90 - 57	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:00.00 a.m.	7:50.00 a.m.	PARQUE URS. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	CRA 113 C F142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXP. CLACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	CARANAGUY CARANAGUY BRENDA SOFIA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:00.00 a.m.	8:50.00 a.m.	PARQUE URS. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	CRA 113 C F142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (F)	SERIES Y REPERTECCIONES ISOTONICAS	CARANAGUY CARANAGUY BRENDA SOFIA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	9:00.00 a.m.	9:50.00 a.m.	PARQUE URS. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	CRA 113 C F142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CARANAGUY CARANAGUY BRENDA SOFIA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:15.00 a.m.	9:05.00 a.m.	ARRIVAYNES DE SUBAY	CRA 115 F 153 - 801	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	9:15.00 a.m.	10:05.00 a.m.	ARRIVAYNES DE SUBAY	CRA 115 F 153 - 801	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (F)	TRABAJO ISOMETRICO	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	10:15.00 a.m.	11:05.00 a.m.	ARRIVAYNES DE SUBAY	CRA 115 F 153 - 801	ACTIVIDAD_FISICA_MANZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:30.00 a.m.	8:20.00 a.m.	URBANIZACION NIZA SUR	TRANSVERSAL 57 CON CALLE 118 COSTADO SUR ORIENTAL	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	GARCIA RINCON PABLO CECAR	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:30.00 a.m.	9:20.00 a.m.	URBANIZACION NIZA SUR	TRANSVERSAL 57 CON CALLE 118 COSTADO SUR ORIENTAL	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (F)	SERIES Y REPERTECCIONES ISOTONICAS	GARCIA RINCON PABLO CECAR	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	9:30.00 a.m.	10:20.00 a.m.	URBANIZACION NIZA SUR	TRANSVERSAL 57 CON CALLE 118 COSTADO SUR ORIENTAL	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GARCIA RINCON PABLO CECAR	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	5:00.00 p.m.	5:50.00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RANCO CASTRO JHEPHY DANIELA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	6:00.00 p.m.	6:50.00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RANCO CASTRO JHEPHY DANIELA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:00.00 p.m.	7:50.00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RANCO CASTRO JHEPHY DANIELA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:00.00 p.m.	8:50.00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	PAREDO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	6:00.00 p.m.	6:50.00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	PAREDO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:00.00 p.m.	7:50.00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	PAREDO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	8:00.00 p.m.	8:50.00 p.m.	PARQUE LOMBARDA	ELL 143 F 107 A 05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	CUEVOO CORREDOY CESAR IVAN	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	7:00.00 p.m.	7:50.00 p.m.	PARQUE LOMBARDA	ELL 143 F 107 A 05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	CUEVOO CORREDOY CESAR IVAN	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	9:00.00 p.m.	9:50.00 p.m.	GLORIA LARA	CRA 95 B F 129 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1	
11. SUBA	martes, 18 de noviembre de 2025	6:00.00 p.m.	6:50.										

11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	POLIDEPORTIVO DE TIBABUYES	CLL 1399 F 127 C 48	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RAMOS CASTRO HENRY DANIELA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	CARRERA 136A F15 F- 01	CLL 1377 C 48 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RAMOS CASTRO HENRY DANIELA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A F15 F- 01	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RAMOS CASTRO HENRY DANIELA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	10:00:00 a. m.	10:50:00 a. m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A F15 F- 01	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RAMOS CASTRO HENRY DANIELA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:30:00 a. m.	8:20:00 a. m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C 48 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR INTERNACIONAL X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:30:00 a. m.	9:20:00 a. m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C 48 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:30:00 a. m.	9:20:00 a. m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C 48 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:50:00 a. m.	7:50:00 a. m.	PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	CRA113 C 1142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL REGION ATLANTICA METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:00:00 a. m.	8:50:00 a. m.	PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	CRA113 C 1142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	CRA113 C 1142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:30:00 a. m.	8:20:00 a. m.	BADE GATIANA	TRANS 126 F 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	PUNTO ANCLA	FOLCLOR NACIONAL REGION PACIFICA	RINCON CARABATO YESSEN STEVEN	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:30:00 a. m.	9:20:00 a. m.	BADE GATIANA	TRANS 126 F 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	RINCON CORREA LEOY NATALIA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:30:00 a. m.	10:20:00 a. m.	BADE GATIANA	TRANS 126 F 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	RINCON CORREA LEOY NATALIA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:00:00 a. m.	8:50:00 a. m.	PARQUE VILLA CATALINA	CALLE 138 A F 94F - 30	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL REGION PACIFICA X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	PARQUE VILLA CATALINA	CALLE 138 A F 94F - 30	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	10:00:00 a. m.	10:50:00 a. m.	PARQUE VILLA CATALINA	CALLE 138 A F 94F - 30	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	5:00:00 p. m.	5:50:00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	CICLO REC (CR)	INTERVALOS (FC 60%- 90%) 1 MIN DE TRABAJO X 2 MIN DE DESCANSO ACTIVO	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	6:00:00 p. m.	6:50:00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAÑ, INCLUIR BRAZOS)	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:00:00 p. m.	7:50:00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:00:00 a. m.	7:50:00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	CICLO REC (CR)	CONTINUO UNIFORME (FC 70% AL 75% BASE AEROBICA)	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:50:00 a. m.	8:50:00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	CICLO REC (CR)	CONTINUO VARIABLE (FC 60%- 80%) 1 COMBARIN TRAMO DE PALADEO SUAVE	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:00:00 a. m.	11:00:00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	POR OTORIO DE MAYOR RESISTENCIA	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	12:00:00 p. m.	12:50:00 p. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	DANZA FIT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL REGION PACIFICA	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	2:00:00 p. m.	2:50:00 p. m.	BADE GATIANA	TRANS 126 F 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL ZONA DE INTERIOR X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:00:00 a. m.	7:00:00 a. m.	URBANIZACION COSTA AZUL Y 5 ETAPA	ENTRE CALLES 135 Y 135 A Y CARRERA 102B Y PARQUEADERO DE LA	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:50:00 a. m.	8:50:00 a. m.	PARQUE COSTA AZUL 1	CLL 137 A 102	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAÑ, INCLUIR BRAZOS)	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:00:00 a. m.	PARQUE COSTA AZUL 1	CLL 137 A 102	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:00:00 a. m.	7:00:00 a. m.	POLIDEPORTIVO GATIANA	TRANSVIRREAL 126 N 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	DANZA FIT (DAF)	DANZAS TRADICIONALES	RINCON CARABATO YESSEN STEVEN	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:00:00 a. m.	8:50:00 a. m.	POLIDEPORTIVO GATIANA	TRANSVIRREAL 126 N 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	RINCON CARABATO YESSEN STEVEN	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:00:00 a. m.	8:50:00 a. m.	POLIDEPORTIVO GATIANA	TRANSVIRREAL 126 N 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	RINCON CARABATO YESSEN STEVEN	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	6:00:00 a. m.	6:50:00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	PUNTO ANCLA	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL REGION PACIFICA	RINCON CORREA LEOY NATALIA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:00:00 a. m.	7:50:00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	RINCON CORREA LEOY NATALIA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:00:00 a. m.	8:50:00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C F141C	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL ZONA DE INTERIOR X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	RINCON CORREA LEOY NATALIA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:00:00 a. m.	7:50:00 a. m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CRA 105 B 112 D 8	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:00:00 a. m.	8:50:00 a. m.	PARQUE AL CARPAJOS DE SUBA	CRA 105 B 112 D 8	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	PARQUE AL CARPAJOS DE SUBA	CRA 105 B 112 D 8	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:00:00 a. m.	8:50:00 a. m.	PARQUE LADOS DE SUBA	CARRERA 102 F 129 - 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	PARQUE LADOS DE SUBA	CARRERA 102 F 129 - 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAÑ, INCLUIR BRAZOS)	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	10:00:00 a. m.	10:50:00 a. m.	PARQUE LADOS DE SUBA	CARRERA 102 F 129 - 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:00:00 a. m.	7:50:00 a. m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 F 181	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INTERIORES	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:30:00 a. m.	8:30:00 a. m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 F 181	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL CON REPETIDORES ESTATICOS NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAÑ, INCLUIR BRAZOS	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	ERA 96 F 181	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:00:00 a. m.	8:50:00 a. m.	PARQUE MIRANDELA	ELL 188 A 46	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	FOLCLOR NACIONAL REGION ORINOQUIA	RAMOS CASTRO HENRY DANIELA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	PARQUE MIRANDELA	ELL 188 A 46	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	RAMOS CASTRO HENRY DANIELA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	10:00:00 a. m.	10:50:00 a. m.	PARQUE MIRANDELA	ELL 188 A 46	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	RAMOS CASTRO HENRY DANIELA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	URB PRACIOS DE SUBA	BAERERA 102 F 153 - 27	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	CARANGLAY CARANGLAY BRENDA SOFIA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	10:00:00 a. m.	10:50:00 a. m.	URB PRACIOS DE SUBA	BAERERA 102 F 153 - 27	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAÑ, INCLUIR BRAZOS)	CARANGLAY CARANGLAY BRENDA SOFIA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	11:00:00 a. m.	11:50:00 a. m.	URB PRACIOS DE SUBA	BAERERA 102 F 153 - 27	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CARANGLAY CARANGLAY BRENDA SOFIA	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:00:00 a. m.	7:50:00 a. m.	CEFE COMETAS	CLL 127 A 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	DANZAS TRADICIONALES	DANZAS TRADICIONALES	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:00:00 a. m.	8:50:00 a. m.	CEFE COMETAS	CLL 127 A 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	CEFE COMETAS	CLL 127 A 87 A	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:00:00 a. m.	8:50:00 a. m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A F15 F- 01	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR INTERNACIONAL X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A F15 F- 01	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIE PERFECCIONISTAS ISOTONICOS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	10:00:00 a. m.	10:50:00 a. m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A F15 F- 01	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INTERIORES	POSADA ALCARON ANDRES	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:50:00 a. m.	7:50:00 a. m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C 48 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INTERIORES	POSADA ALCARON ANDRES	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:50:00 a. m.	8:50:00 a. m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C 48 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL CON REPETIDORES ESTATICOS NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAÑ, INCLUIR BRAZOS)	POSADA ALCARON ANDRES	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C 48 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	POSADA ALCARON ANDRES	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:00:00 a. m.	7:50:00 a. m.	PARQUE CATALUNA	CRA 103F F 133 - 08	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	8:00:00 a. m.	8:50:00 a. m.	PARQUE CATALUNA	CRA 103F F 133 - 08	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180º EN UN COMPAÑ, INCLUIR BRAZOS)	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	9:00:00 a. m.	9:50:00 a. m.	PARQUE CATALUNA	CRA 103F F 133 - 08	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	5:00:00 p. m.	5:50:00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	6:00:00 p. m.	6:50:00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	7:00:00 p. m.	7:50:00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11	SUBA	miércoles, 19 de noviembre de 2025	5:00:00 p. m.	5:50:00 p. m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 F 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON CORREA LEOY NATALIA	1
11													

11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	URBANIZACION VICTORIA NORTE	BAILE 150 N 5391	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACION PROPIOCEPTIVA	CARANIGUAY CARANIGUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	URBANIZACION VICTORIA NORTE	BAILE 150 N 5391	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACION PROPIOCEPTIVA	CARANIGUAY CARANIGUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	URBANIZACION VICTORIA NORTE	BAILE 150 N 5391	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACION PROPIOCEPTIVA	CARANIGUAY CARANIGUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	URB. NUEVO HORIZONTE (SAN JOSE DEL PRADO)	BAILE 150 N 5340	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	GARCIA RINCÓN PABLO CESAR	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	URB. NUEVO HORIZONTE (SAN JOSE DEL PRADO)	BAILE 150 N 5340	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	GARCIA RINCÓN PABLO CESAR	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	URB. NUEVO HORIZONTE (SAN JOSE DEL PRADO)	BAILE 150 N 5340	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	GARCIA RINCÓN PABLO CESAR	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, REGION ORINOQUIA X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LA SIRENA	CALE 180 E57 - 70	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	IMENEZ DIAZ HERNAN ALONSO	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LA SIRENA	CALE 180 E57 - 70	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LA SIRENA	CALE 180 E57 - 70	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, ZONA DE INTERIOR X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	HEDALO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUAVAY Y DESPLAZAMIENTOS	HEDALO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	viernes, 21 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	HEDALO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	sábado, 22 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	EEFI COMETAS	CLL 127 E87 A	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	sábado, 22 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	EEFI COMETAS	CLL 127 E87 A	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, ZONA DE INTERIOR X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	sábado, 22 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	EEFI COMETAS	CLL 127 E87 A	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS DE TORSION	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 23 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11. SUBA	domingo, 23 de noviembre de 2025	8:55:00 a.m.	9:45:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INFERIORES	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 23 de noviembre de 2025	9:50:00 a.m.	10:40:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS DE TORSION	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 23 de noviembre de 2025	10:25:00 a.m.	11:15:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	ACTIVIDAD FISICA PARA LA FAMILIA Y NIÑOS (AFNI)	ACTIVIDADES DE COORDINACION	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 23 de noviembre de 2025	11:20:00 a.m.	12:10:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE URBANO X METODOLOGIA CORO	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 23 de noviembre de 2025	12:15:00 p.m.	1:05:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	AEROBAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180 EN COMPAÑ, INCLUIR BRAZOS)	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 23 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	EMOM MIEMBROS SUPERIORES EMPUJE	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 23 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	AMHP MIEMBROS INFERIORES LOCOMOCION	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 23 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	AMHP MIEMBROS INFERIORES LOCOMOCION	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 23 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 S 141 A 421	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	CHIFFERES FULL BODY	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 23 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	EEFI COMETAS	CLL 127 E87 A	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	CICLO REC (CR)	CONTINUO UNIFORME (FC 70% AL 75% BASE AEROBICA)	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	domingo, 23 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	EEFI COMETAS	CLL 127 E87 A	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	CICLO REC (CR)	CONTINUO VARIABLE (FC 60%- 80%) COMBINAR TRAMOS DE PALAQUE SLAVEE POR OTROS DE MAYOR RESISTENCIA	POR ASIGNAR	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C E141C	ACTIVIDAD FISICA, MANIZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	CONTINUO VARIABLE (FC 60%- 80%) COMBINAR TRAMOS DE PALAQUE SLAVEE POR OTROS DE MAYOR RESISTENCIA	POSADA ALARCÓN ANDRÉS	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C E141C	ACTIVIDAD FISICA, MANIZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	INTERVALOS (FC 60%- 90%) 1 MIN DE TRABAJO X 2 MIN DE DESCANSO ACTIVO	POSADA ALARCÓN ANDRÉS	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C E141C	ACTIVIDAD FISICA, MANIZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C E141C	ACTIVIDAD FISICA, MANIZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	AEROBAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180 EN COMPAÑ, INCLUIR BRAZOS)	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALE 144C E141C	ACTIVIDAD FISICA, MANIZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	DANZA T1 (DAN)	DANZAS TRADICIONALES	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	BADE GAITANA	TRANS 126 N 134- 48	ACTIVIDAD FISICA, MANIZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INFERIORES	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	11:00:00 a.m.	11:50:00 a.m.	TRANS 126 N 134- 48	TRANS 126 N 134- 48	ACTIVIDAD FISICA, MANIZANAS, DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	AEROBAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MAS DE 180 EN COMPAÑ, INCLUIR BRAZOS)	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	BADE GAITANA	ERA 151 CALLE 132	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	DANZA TTT (DAN)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	CUERVO CORREDOZ CESAR IVAN	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	SANTA TRABOITA	ERA 151 CALLE 132	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	CUERVO CORREDOZ CESAR IVAN	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	SANTA TRABOITA	ERA 151 CALLE 132	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CUERVO CORREDOZ CESAR IVAN	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE MIRANDOLA	ELL 188 A 46	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	CLASES GRUPALES	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR INTERNACIONAL X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	PABLO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE MIRANDOLA	ELL 188 A 46	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	PABLO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE MIRANDOLA	ELL 188 A 46	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	PABLO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE SAN CABEL	CMA 92 E 119	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACION PROPIOCEPTIVA	RANCHO CASTRO HENRY DANIELA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE SAN CABEL	CMA 92 E 119	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	RANCHO CASTRO HENRY DANIELA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	DESARROLLO PORTAL DE LAS HERCEDES	CMA92 E 119	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RANCHO CASTRO HENRY DANIELA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	DESARROLLO PORTAL DE LAS HERCEDES	CMA92 E 119	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	HEDALO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	DESARROLLO PORTAL DE LAS HERCEDES	CMA92 E 119	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	HEDALO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	DESARROLLO PORTAL DE LAS HERCEDES	CMA92 E 119	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	HEDALO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	POLIDORTIVO DE TRIBAYEVES	CLL 139 N 127 C 48	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL O TRIAXIAL	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	POLIDORTIVO DE TRIBAYEVES	CLL 139 N 127 C 48	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	POLIDORTIVO DE TRIBAYEVES	CLL 139 N 127 C 48	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LA MANUELLITA	CMA 99 E 124 A	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACION PROPIOCEPTIVA	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LA MANUELLITA	CMA 99 E 124 A	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCION	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE LA MANUELLITA	CMA 99 E 124 A	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	AGRUPACIÓN VIVEREDA GRANADA NORTE	CALE 187 E51 - 40	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACION PROPIOCEPTIVA	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE URB. SAN GEDON (CAI MAZUEN)	CLL 164 E52	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS DE TORSION	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE URB. SAN GEDON (CAI MAZUEN)	CLL 164 E52	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE COMUNEROS	CALE 141 E11 - 32	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	TRABAJO DIAGONAL O TRIAXIAL	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE COMUNEROS	CALE 141 E11 - 32	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE COMUNEROS	CALE 141 E11 - 32	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE COMUNEROS	CALE 141 E11 - 32	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	CARANIGUAY CARANIGUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE COMUNEROS	CALE 141 E11 - 32	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CARANIGUAY CARANIGUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE COMUNEROS	CALE 141 E11 - 32	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE TROPICAL Y CADENA Y CORO	BERNAL CAicedo RUBEN DARIO	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	EEFI COMETAS	CLL 127 E87 A	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS, ESQUAVAY Y DESPLAZAMIENTOS	BERNAL CAicedo RUBEN DARIO	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	EEFI COMETAS	CLL 127 E87 A	ACTIVIDAD FISICA, COMUNIDAD, GENERAL	RECREEVA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	BERNAL CAicedo RUBEN DARIO	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE PUENTE LARGO	TRANS 57 E 104B- 70	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	GARCIA RINCÓN PABLO CESAR	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE PUENTE LARGO	TRANS 57 E 104B- 70	ACTIVIDAD FISICA, PERSONA, MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASAMAS DE TORSION	GARCIA RINCÓN PABLO CESAR	1
11. SUBA	lunes, 24 de noviembre de 2025	9:00:00										

11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE URB. NUEVA TRIBAYUES (PILOTO)	CRA113 C #142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	CARANGLUAY CARANGLUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE URB. NUEVA TRIBAYUES (PILOTO)	CRA113 C #142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CARANGLUAY CARANGLUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	8:15:00 a.m.	9:05:00 a.m.	ARRIVANES DE SUBAI	CRA115 # 153 - 801	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	9:15:00 a.m.	10:05:00 a.m.	ARRIVANES DE SUBAI	CRA115 # 153 - 801	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE URBANO METODOLOGIA COBO	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	11:15:00 a.m.	11:55:00 a.m.	ARRIVANES DE SUBAI	CRA115 # 153 - 801	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	YOGA (YOG)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	7:30:00 a.m.	8:20:00 a.m.	URBANIZACION NIZA SUR	TRANSVERSAL 57 CON CALLE 118 COSTADO SUR ORIENTAL	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	DANZA FIT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, REGION ORINOQUIA	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	8:30:00 a.m.	9:20:00 a.m.	URBANIZACION NIZA SUR	TRANSVERSAL 57 CON CALLE 118 COSTADO SUR ORIENTAL	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	8:30:00 a.m.	9:20:00 a.m.	URBANIZACION NIZA SUR	TRANSVERSAL 57 CON CALLE 118 COSTADO SUR ORIENTAL	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	RAMOS CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	RAMOS CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	RAMOS CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	PARDO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	PARDO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	PARDO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	PARQUE LOMAHIMBA	ELL 143 # 107 A 05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	CUEVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE LOMAHIMBA	ELL 143 # 107 A 05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	CUEVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE LOMAHIMBA	ELL 143 # 107 A 05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	CUEVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	GLORIA LARA	CRA95 B # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	GLORIA LARA	CRA95 B # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	GLORIA LARA	CRA95 B # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	PARQUE SAN PEDRO	ERA55A # 187 - 51	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE SAN PEDRO	ERA55A # 187 - 51	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	marías, 25 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE SAN PEDRO	ERA55A # 187 - 51	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIOS NOCTURNOS	GINNASIOS NOCTURNOS	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	CONTINUO UNIFORME (FC 70% A 75% BASE AEROBICA)	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	INTERVALOS (FC 80% - 90%) 1 MIN DE TRABAJO X 2 MIN DE DESCANSO ACTIVO	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	12:00:00 p.m.	12:50:00 p.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	PUNTO ANCLA	DANZATI (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, REGION ATLANTICA	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	PUNTO ANCLA	AEROBAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	PUNTO ANCLA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y PROTECCION PROPRIOCEPTIVA	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	6:00:00 a.m.	6:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL O TRIAXIAL	CUEVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, REGION ORINOQUIA X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	CUEVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	CUEVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE LOMAHIMBA	ELL 143 # 107 A 05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECIEOVIA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y PROTECCION PROPRIOCEPTIVA	HEALDO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LOMAHIMBA	ELL 143 # 107 A 05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECIEOVIA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, REGION ORINOQUIA X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	HEALDO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LOMAHIMBA	ELL 143 # 107 A 05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECIEOVIA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPRIOCEPCION	HEALDO PLAZAS GINNA PADLA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	GLORIA LARA	CRA95 B # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECIEOVIA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	CARANGLUAY CARANGLUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	GLORIA LARA	CRA95 B # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECIEOVIA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, REGION PACIFICA X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	CARANGLUAY CARANGLUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	GLORIA LARA	CRA95 B # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECIEOVIA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS DE TORSION	CARANGLUAY CARANGLUAY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	CRA113 C #142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	CLL 170 #6751	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	CLL 170 #6751	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE EL PORTICO	ELL 141 #99.02	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON INCLUSION DE BRAZOS BASICOS REPETITIVOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	PARDO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE EL PORTICO	ELL 141 #99.02	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	PARDO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE EL PORTICO	ELL 141 #99.02	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	PARDO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE BERLIN	BALE 146 C B 90 # 57	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RINCON GARAYOTO YSISON STEVEN	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE BERLIN	BALE 146 C B 90 # 57	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y PROTECCION PROPRIOCEPTIVA	RINCON GARAYOTO YSISON STEVEN	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE BERLIN	BALE 146 C B 90 # 57	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RINCON GARAYOTO YSISON STEVEN	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO DE TRIBAYUES	CLL 139 # 127 C 48	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RAMOS CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO DE TRIBAYUES	CLL 139 # 127 C 48	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL O TRIAXIAL	RAMOS CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	POLIDEPORTIVO DE TRIBAYUES	CLL 139 # 127 C 48	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RAMOS CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A #151 F-01	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	AEROBAT (AER)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A #151 F-01	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARRERA 136A #151 F-01	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPRIOCEPCION	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	7:30:00 a.m.	8:20:00 a.m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C # 40 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:30:00 a.m.	9:20:00 a.m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C # 40 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO ISOMETRICO	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:30:00 a.m.	10:20:00 a.m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C # 40 78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GONZALEZ DURAN WILFRANK	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE URB. NUEVA TRIBAYUES (PILOTO)	CRA113 C #142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	BERNAL CAicedo RUBEN DARIO	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE URB. NUEVA TRIBAYUES (PILOTO)	CRA113 C #142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECIEOVIA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y PROTECCION PROPRIOCEPTIVA	BERNAL CAicedo RUBEN DARIO	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE URB. NUEVA TRIBAYUES (PILOTO)	CRA113 C #142 A 53	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECIEOVIA	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, ZONA DE INTERIOR X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	BERNAL CAicedo RUBEN DARIO	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE URB. NUEVA TRIBAYUES (PILOTO)	TRANS 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	RINCON CORREA LEOY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:30:00 a.m.	9:20:00 a.m.	BAJE GATIANA	TRANS 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	PUNTO ANCLA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y PROTECCION PROPRIOCEPTIVA	RINCON CORREA LEOY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:30:00 a.m.	10:20:00 a.m.	BAJE GATIANA	TRANS 126 # 134 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_MANIZANAS_DEL_CUADO	CLASES GRUPELES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	RINCON CORREA LEOY NATALIA	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE VILLA CATALINA	CALLE 135 A # 14F - 30	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	AEROBAT (AER)	EXPLICACION BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	RINCON GARAYOTO YSISON STEVEN	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE VILLA CATALINA	CALLE 135 A # 14F - 30	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE VILLA CATALINA	CALLE 135 A # 14F - 30	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPELES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECIEOVIA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SERIES Y REPETICIONES ISOTONICAS	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	miércoles, 26 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAD. 147 # 141 A 421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD						

11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARPERA 136A #151 F-01	ACTIVIDAD_FISICA_MAZANAN_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACION PROPRIOCEPTIVA	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE BOSQUE ENCANTADO	CARPERA 136A #151 F-01	ACTIVIDAD_FISICA_MAZANAN_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	OTRA UNIDAD OPERATIVA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C #4 B78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE URBANO X METODOLOGIA CORO	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE TIERRA LINDA	ELL 127 C #4 B78	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FLEXIBILIDAD	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE CATALUNA	CRA 100F # 133 - 08	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR NACIONAL, ZONA DE INTERIOR X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE CATALUNA	CRA 100F # 133 - 08	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 p.m.	PARQUE CATALUNA	CRA 100F # 133 - 08	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	9:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A.421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A.421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A.421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A.421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON CORRAL LIEIDY NATALIA	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A.421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON CORRAL LIEIDY NATALIA	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A.421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON CORRAL LIEIDY NATALIA	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	8:00:00 p.m.	8:50:00 p.m.	PARQUE LOMARDIA	ELL 143 I 107 A.05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	IMJENEZ DIAZ HERNAN ALONSO	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE LOMARDIA	ELL 143 I 107 A.05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	CARANAGUY CARANAGUY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE LOMARDIA	ELL 143 I 107 A.05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	CARANAGUY CARANAGUY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	GLORIA LARA	CRA#98 # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON GARAYITO YESSEN STEVEN	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	GLORIA LARA	CRA#98 # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON GARAYITO YESSEN STEVEN	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	GLORIA LARA	CRA#98 # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON GARAYITO YESSEN STEVEN	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	8:00:00 p.m.	8:50:00 p.m.	GLORIA LARA	CRA#98 # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	RINCON GARAYITO YESSEN STEVEN	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE SAN PEDRO	ERA 55A # 187 - 51	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	juenes, 27 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE SAN PEDRO	ERA 55A # 187 - 51	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	GINNASIO NOCTURNO	NO APLICA	GINNASIO NOCTURNOS	GINNASIO NOCTURNOS	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MAZANAN_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	INTERVALOS (FC 60%- 90%) 1 MIN DE TRABAJO X 2 MIN DE DESCANSO ACTIVO	RINCON GARAYITO YESSEN STEVEN	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MAZANAN_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	CICLO REC (CR)	CONTINUO VARIABLE (FC 60%- 80%) COMBINAR TRABAJO DE PALADEO SLAVE POR OTROS DE MAYOR RESISTENCIA	RINCON GARAYITO YESSEN STEVEN	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MAZANAN_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	RUMBA FITNESS (RFI)	ENFOQUE FOLCLOR INTERNACIONAL X METODOLOGIA SUMATORIA Y CADENA	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MAZANAN_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL O TRIAXIAL	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MAZANAN_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPOCEPCION	POSADA ALARCON ANDRES	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	12:00:00 p.m.	12:00:00 p.m.	CEFE FONTANAR DEL RIO	CALLE 144C #141C	ACTIVIDAD_FISICA_MAZANAN_DEL_CUADO	CLASES GRUPALES	PUNTO ANCLA	DANZA TRADICIONAL	DANZA TRADICIONAL	RINCON GARAYITO YESSEN STEVEN	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE SAN GABRIEL	CRA 92 C #119	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	RINCON CORRAL LIEIDY NATALIA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE SAN GABRIEL	CRA 92 C #119	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BASICA BILATERAL DE PASOS BASICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	RINCON CORRAL LIEIDY NATALIA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE SAN GABRIEL	CRA 92 C #119	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RINCON CORRAL LIEIDY NATALIA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE LOMARDIA	ELL 143 I 107 A.05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	FOLCLOR NACIONAL, REGION ORINOQUIA	BERNAL CACEDO RUBEN DARIO	1	
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LOMARDIA	ELL 143 I 107 A.05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DIAGONAL O TRIAXIAL	BERNAL CACEDO RUBEN DARIO	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LOMARDIA	ELL 143 I 107 A.05	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO	RINCON CORRAL LIEIDY NATALIA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	GLORIA LARA	CRA#98 # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	DANZA FT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, REGION PACIFICA	BERNAL CACEDO RUBEN DARIO	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	GLORIA LARA	CRA#98 # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACION PROPRIOCEPTIVA	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	GLORIA LARA	CRA#98 # 120 C B5	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS DE TORSION	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE SAN JOSE DE SAVARIA	ELL 170 #7 F 51	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES SUPERIORES	CUENVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE SAN JOSE DE SAVARIA	ELL 170 #7 F 51	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	CUENVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE SAN JOSE DE SAVARIA	ELL 170 #7 F 51	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CUENVO CORREDOR CESAR IVAN	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	SANTA TRIBUNOTA	ERA 151 CALLE 132	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	PARDIO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	SANTA TRIBUNOTA	ERA 151 CALLE 132	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BASICA BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	PARDIO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	SANTA TRIBUNOTA	ERA 151 CALLE 132	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	PARDIO HERRERO ROBERT GIOVANNY	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE LIBRE, NUEVA TRIMUNTES (PILOTO)	CRA 113 C #142 A.53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INTERIORES	RANCHO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LIBRE, NUEVA TRIMUNTES (PILOTO)	CRA 113 C #142 A.53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON INCLUIRION DE BRAZOS BASICOS REPETITIVOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	RANCHO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LIBRE, NUEVA TRIMUNTES (PILOTO)	CRA 113 C #142 A.53	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	RANCHO CASTRO HENMY DANIELA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE CASA BLANCA	ERA 80 #145 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	HIDALGO PLAZAS DINNA PAOLA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE CASA BLANCA	ERA 80 #145 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BASICA BILATERAL DE PASOS BASICOS DEL BALANCEO (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	HIDALGO PLAZAS DINNA PAOLA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	10:00:00 a.m.	10:50:00 a.m.	PARQUE CASA BLANCA	ERA 80 #145 - 88	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	HIDALGO PLAZAS DINNA PAOLA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	AGRUPACION VIVEREDA GRANADA NORTE	CALLE 187 #51 - 40	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE DEFENSAS Y ATAQUES INTERIORES	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LIBRE, SAN JOSE (CAJAMAZUREN)	ELL 164 E 52	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	EXPLICACION BASICA BILATERAL DE PASOS BASICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LIBRE, SAN JOSE (CAJAMAZUREN)	ELL 164 E 52	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	URBANIZACION VICTORIA NORTE	BALE 150 N 53 91	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	CARANAGUY CARANAGUY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	URBANIZACION VICTORIA NORTE	BALE 150 N 53 91	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	CARANAGUY CARANAGUY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	URBANIZACION VICTORIA NORTE	BALE 150 N 53 91	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	CARANAGUY CARANAGUY BRENDA SOFIA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	URB. NUEVO HORIZONTE (SAN JOSE DEL PRADO)	CALLE 135 # 54 D	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	URB. NUEVO HORIZONTE (SAN JOSE DEL PRADO)	CALLE 135 # 54 D	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	URB. NUEVO HORIZONTE (SAN JOSE DEL PRADO)	CALLE 135 # 54 D	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GARCIA RINCON PABLO CESAR	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	6:00:00 a.m.	6:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A.421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	FORTITE MIEMBROS SUPERIORES EMPUJE	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A.421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	FORTITE MIEMBROS INFERIORES Y LOCOMOCION	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A.421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	CROSS HIT	NO APLICA	CROSS HIT (CRO)	FORTITE MIEMBROS SUPERIORES EMPUJE	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 a.m.	7:50:00 a.m.	PARQUE LA SIENNA	CALLE 180 #57 - 70	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	COMBAT TRAINING (COT)	SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	8:00:00 a.m.	8:50:00 a.m.	PARQUE LA SIENNA	CALLE 180 #57 - 70	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	AEROBEAT (AER)	CONSTRUCCION BASICA BILATERAL, CON REPETIDORES ESTATICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPAS, INCLUIR BRAZOS)	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	9:00:00 a.m.	9:50:00 a.m.	PARQUE LA SIENNA	CALLE 180 #57 - 70	ACTIVIDAD_FISICA_PERSONA_MAYOR	CLASES GRUPALES	NO APLICA	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GINNASIO AL PARQUE - PROMOCION (AF)	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	5:00:00 p.m.	5:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A.421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	DANZA FT (DAF)	FOLCLOR NACIONAL, REGION ORINOQUIA	HIDALGO PLAZAS DINNA PAOLA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	6:00:00 p.m.	6:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A.421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	TRABAJO DE ESTABILIDAD Y POTENCIACION PROPRIOCEPTIVA	HIDALGO PLAZAS DINNA PAOLA	1
11. SUBA	viernes, 28 de noviembre de 2025	7:00:00 p.m.	7:50:00 p.m.	PARQUE FONTANAR DEL RIO	DIAG. 147 # 141 A.421	ACTIVIDAD_FISICA_COMUNIDAD_GENERAL	RECREOVA	NO APLICA	YOGA (YOG)	ASANAS PARA TRABAJO DE FORTALECIMIENTO</		

nov-25

N° Localidad	ACT. FÍSICA		PERSONA MAYOR		MANZANAS DEL CUIDADO		TOTAL
	METAS PROYECTADAS	METAS EJECUTADAS	METAS PROYECTADAS	METAS EJECUTADAS	METAS PROYECTADAS	METAS EJECUTADAS	
01.Usaquén							0
02.Chapinero							0
03.Santa Fe							0
04.San Cristobal							0
05.Usme							0
06.Tunjuelito							0
07.Bosa							0
08.Kennedy							0
09.Fontibón							0
10.Engativa							0
11.Suba	370	360	420	412	169	165	937
12.Barrios Unidos							0
13.Teusaquillo							0
14.Los Martires							0
15.Antonio Nariño							0
16.Puente Aranda							0
17.La Candelaria							0
18.Rafael Uribe							0
19.Ciudad Bolivar							0
TOTAL	370	360	420	412	169	165	937

LOCALIDAD DE SERVICIO	SUBA
Etiquetas de fila	Cuenta de NUMERO DE IDENTIFICACION
2025-11-01	9
CEFE COMETAS	9
2025-11-02	251
CEFE COMETAS	15
PARQUE FONTANAR DEL RIO	236
2025-11-03	277
CEFE COMETAS	32
PARQUE FONTANAR DEL RIO	245
2025-11-04	1129
ARRAYANES DE SUBA	42
CADE LA GAITANA (MANZANA LA GAITANA)	62
CANCHA FONTANAR CAMINOS DE LA ESPERANZA	77
CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	314
GLORIA LARA	21
PARQUE FONTANAR DEL RIO	44
PARQUE ALCAPARROS DE SUBA	75
PARQUE BERLIN	90
PARQUE COSTA AZUL 1	89
PARQUE LAGOS DE SUBA	126
PARQUE LOMBARDIA	20
PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	34
Parque San Pedro	27
PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	44
PARQUE ZONAL GAITANA	52
URBANIZACION NIZA SUR	12
2025-11-05	1105
CADE LA GAITANA (MANZANA LA GAITANA)	57
CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	268
GLORIA LARA	69
PARQUE FONTANAR DEL RIO	79
PARQUE BERLIN	63
PARQUE BOSQUE ENCANTADO	15
PARQUE EL PORTICO	82
PARQUE LOMBARDIA	142
PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	86
PARQUE TIERRA LINDA	57
PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	57
POLIDEPORTIVO DE TIBABUYES	88
URBANIZACION VILLA CATALINA I SECTOR	42
2025-11-06	995
CADE LA GAITANA (MANZANA LA GAITANA)	12
CEFE COMETAS	60
CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	253
GLORIA LARA	30
PARQUE FONTANAR DEL RIO	55
PARQUE ALCAPARROS DE SUBA	43
PARQUE BOSQUE ENCANTADO	45
PARQUE CATALUÑA	35
PARQUE COSTA AZUL 1	15
PARQUE LAGOS DE SUBA	104
PARQUE LOMBARDIA	24
PARQUE MIRANDELA	77
PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	39
Parque San Pedro	42
PARQUE TIERRA LINDA	74
PARQUE ZONAL GAITANA	48
PARQUE1 URB LA SIRENA	3
URB PRADOS DE SUBA	36
2025-11-07	1002
Agrupación Vivienda Granada Norte	18
CADE LA GAITANA (MANZANA LA GAITANA)	14

CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	292
GLORIA LARA	75
PARQUE FONTANAR DEL RIO	86
Parque Casa Blanca	12
PARQUE LOMBARDIA	96
PARQUE SAN GABRIEL	73
PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	81
PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	54
PARQUE URB. SAN DIEGO (CAI MAZUREN)	60
PARQUE1 URB LA SIRENA	18
SANTA RITA(BOTA)	63
URB NUEVO HORIZONTE (SAN JOSE DEL PRADO)	15
URBANIZACION VICTORIA NORTE	45
2025-11-08	69
CEFE COMETAS	69
2025-11-09	285
CEFE COMETAS	53
PARQUE FONTANAR DEL RIO	232
2025-11-10	817
Agrupación Vivienda Granada Norte	18
CADE LA GAITANA (MANZANA LA GAITANA)	14
CANCHA FONTANAR CAMINOS DE LA ESPERANZA	51
CEFE COMETAS	39
CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	66
DESARROLLO EL PORTAL DE LAS MERCEDES	21
PARQUE FONTANAR DEL RIO	52
PARQUE COMUNEROS	18
PARQUE LA MANUELITA	92
PARQUE MIRANDELA	105
PARQUE SAN GABRIEL	45
PARQUE URB. SAN DIEGO (CAI MAZUREN)	46
PARQUE1 URB LA SIRENA	3
POLIDEPORTIVO DE TIBABUYES	109
SANTA RITA(BOTA)	36
SOLAR I	36
URBANIZACION PUENTE LARGO PRIMER Y SEGUNDO SECTOR	66
2025-11-11	728
ARRAYANES DE SUBA	54
CADE LA GAITANA (MANZANA LA GAITANA)	27
CANCHA FONTANAR CAMINOS DE LA ESPERANZA	48
CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	120
GLORIA LARA	26
PARQUE ALCAPARROS DE SUBA	51
PARQUE BERLIN	63
PARQUE COSTA AZUL 1	45
PARQUE LAGOS DE SUBA	94
PARQUE LOMBARDIA	35
PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	39
Parque San Pedro	12
PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	54
PARQUE ZONAL GAITANA	39
URBANIZACION NIZA SUR	21
2025-11-12	1187
CADE LA GAITANA (MANZANA LA GAITANA)	48
CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	372
GLORIA LARA	117
PARQUE FONTANAR DEL RIO	128
PARQUE BERLIN	81
PARQUE BOSQUE ENCANTADO	39
PARQUE EL PORTICO	93
PARQUE LOMBARDIA	15
PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	77
PARQUE TIERRA LINDA	27
PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	54

POLIDEPORTIVO DE TIBABUYES	85
URBANIZACION VILLA CATALINA I SECTOR	51
2025-11-13	1189
Apoyos locales - Suba	6
Av Boyaca # 127 - 08 GYM Aire libre	3
CADE LA GAITANA (MANZANA LA GAITANA)	7
CEFE COMETAS	66
CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	235
GLORIA LARA	12
PARQUE FONTANAR DEL RIO	18
PARQUE ALCAPARROS DE SUBA	152
PARQUE BOSQUE ENCANTADO	50
PARQUE CATALUÑA	21
PARQUE COSTA AZUL 1	96
PARQUE LAGOS DE SUBA	109
PARQUE LOMBARDIA	6
PARQUE MIRANDELA	69
PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	42
Parque San Pedro	38
PARQUE TIERRA LINDA	81
PARQUE ZONAL GAITANA	90
URB PRADOS DE SUBA	53
URBANIZACION COSTA AZUL I Y II ETAPA	35
2025-11-14	943
Agrupación Vivienda Granada Norte	23
CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	251
GLORIA LARA	89
PARQUE FONTANAR DEL RIO	58
Parque Casa Blanca	27
PARQUE LOMBARDIA	87
PARQUE SAN GABRIEL	57
PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	76
PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	39
PARQUE URB. SAN DIEGO (CAI MAZUREN)	60
PARQUE1 URB LA SIRENA	18
SANTA RITA(BOTA)	42
URB NUEVO HORIZONTE (SAN JOSE DEL PRADO)	45
URBANIZACION VICTORIA NORTE	71
2025-11-15	54
CEFE COMETAS	54
2025-11-16	230
CEFE COMETAS	36
PARQUE FONTANAR DEL RIO	194
2025-11-17	287
Apoyos locales - Suba	4
CEFE COMETAS	33
PARQUE FONTANAR DEL RIO	250
2025-11-18	1005
Apoyos locales - Suba	4
ARRAYANES DE SUBA	46
CADE LA GAITANA (MANZANA LA GAITANA)	18
CANCHA FONTANAR CAMINOS DE LA ESPERANZA	69
CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	227
GLORIA LARA	3
PARQUE FONTANAR DEL RIO	52
PARQUE ALCAPARROS DE SUBA	51
PARQUE BERLIN	72
PARQUE COSTA AZUL 1	91
PARQUE LAGOS DE SUBA	102
PARQUE LOMBARDIA	25
PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	48
Parque San Pedro	36
PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	53
PARQUE ZONAL GAITANA	87

URBANIZACION NIZA SUR	21
2025-11-19	1117
CADE LA GAITANA (MANZANA LA GAITANA)	72
CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	101
GLORIA LARA	63
PARQUE FONTANAR DEL RIO	87
PARQUE BERLIN	95
PARQUE BOSQUE ENCANTADO	48
PARQUE EL PORTICO	90
PARQUE LOMBARDIA	93
PARQUE SAN JOSE DE BAVARIA	107
PARQUE TIERRA LINDA	42
PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	75
POLIDEPORTIVO DE TIBABUYES	130
URBANIZACION PUENTE LARGO PRIMER Y SEGUNDO SECTOR	69
URBANIZACION VILLA CATALINA I SECTOR	45
2025-11-20	1244
Av Boyaca # 127 - 08 GYM Aire libre	6
CADE LA GAITANA (MANZANA LA GAITANA)	8
CEFE COMETAS	48
CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	257
GLORIA LARA	21
PARQUE FONTANAR DEL RIO	48
PARQUE ALCAPARROS DE SUBA	74
PARQUE BOSQUE ENCANTADO	42
PARQUE CATALUÑA	36
PARQUE COSTA AZUL 1	73
PARQUE LAGOS DE SUBA	119
PARQUE LOMBARDIA	12
PARQUE MIRANDELA	60
PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	48
Parque San Pedro	42
PARQUE TIERRA LINDA	102
PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	14
PARQUE ZONAL GAITANA	114
URB PRADOS DE SUBA	50
URBANIZACION COSTA AZUL I Y II ETAPA	70
2025-11-21	42
PARQUE FONTANAR DEL RIO	42
2025-11-22	45
CEFE COMETAS	45
2025-11-23	333
Apoyos locales - Suba	21
CEFE COMETAS	37
PARQUE FONTANAR DEL RIO	275
2025-11-24	12
PARQUE FONTANAR DEL RIO	12
2025-11-25	763
ARRAYANES DE SUBA	49
CANCHA FONTANAR CAMINOS DE LA ESPERANZA	33
CEFE FONTANAR DEL RIO (MANZANAS FONTANAR))	214
PARQUE ALCAPARROS DE SUBA	59
PARQUE BERLIN	81
PARQUE CATALUÑA	15
PARQUE COSTA AZUL 1	72
PARQUE LAGOS DE SUBA	60
PARQUE RESIDENCIAL EL SALITRE	48
PARQUE URB. NUEVA TIBABUYES (PILOTO)	48
PARQUE ZONAL GAITANA	60
URBANIZACION NIZA SUR	24
Total general	15118

2025

AÑO CALENDARIO

Obligación N.º 3 – Calendario y formato de acompañamiento, correos novedades TH y actas de reunión territoriales

NOVIEMBRE

MES DEL CALENDARIO

LUNES

PRIMER DÍA DE LA SEMANA

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo
27	28	29	30	31	01 NO PROGRAMACIÓN	02 NO PROGRAMACIÓN
03 NO PROGRAMACIÓN	04 VISITA PARQUE SAN PEDRO GYM NOCTURNO. IAF WILLFRANK GONZALEZ; 6:00 PM	05 PARQUE TIBAUYES. IAF DANIELA RAMOS; 9:00 AM	06 ACOMPANIAMIENTO CADE GAITANA. IAF CESAR CUERVO; 2:00 PM	07 ACOMPANIAMIENTO CUMPLEAÑOS DE LA MANZANA DEL CUIDADO GAITANA. - REUNIÓN PLANEACIÓN Y	08 NO PROGRAMACIÓN	09 RECREOVÍA FONTANAR DEL RIO FIN DE SEMANA; ACOMPANIAMIENTO: IAF MARIA ALDANA -
10 ACOMPANIAMIENTO CEFE FONTANAR DEL RIO; 9:30 AM. IAF LEIDY RINCON	11 ACOMPANIAMIENTO PARQUE EL SALITRE IAF ANDRES POSADA; 7:00 AM	12 ACOMPANIAMIENTO PARQUE GLORIA LARA. IAF BRENDA CARANGUAY; 8:00 AM --- FORTALECIMIENTO DE YOGA	13 ACOMPANIAMIENTO LAGOS DE SUBA. IAF MONICA SANABRIA; 7:30 AM -- REUNION TERRITORIAL (VIRTUAL) LOCALIDAD DE SUBA	14 REUNION DE GESTORES; 8:00 AM	15 NO PROGRAMACIÓN	16 RECREOVÍA FONTANAR DEL RIO FIN DE SEMANA
17 RECREOVÍA FONTANAR DEL RIO FIN DE SEMANA; ACOMPANIAMIENTO: IAF MARIA ESPINOSA - - IAF ANDRES	18 ACOMPANIAMIENTO PARQUE FONTANAR DEL RIO. IAF GIOVANNY PARDO; 6:00 Pm	19 REUNION TEAM SUBA -- FORTALECIMINETO DE YOGA	20 REUNIÓN TERRITORIAL LOCALIDAD DE SUBA. CEFE FONTANAR ; 10:00 AM	21 FORTALECIMIENTO HABILIDADES BLANDAS Y PERSONA MAYOR; 7:30 AM	22 NO PROGRAMACIÓN	23 RECREOVÍA FONTANAR DEL RIO FIN DE SEMANA; ACOMPANIAMIENTO: IAF SINDY CUEVAS - IAF WENDY RAMIREZ -
24 FORTALECIMIENTO COMUNIDAD GENERAL AEROBICOS; 7:00 AM	25 TRABAJO ADMINISTRATIVO	26 ACOMPANIAMIENTO PARQUE FONTANAR DEL RIO. IAF LORENZO RINCON; 6:00 PM	27 ACOMPANIAMIENTO PARQUE LA SIRENA CALISTENIA. IAF DAVID LOPEZ; 5:00 PM	28 ACOMPANIAMIENTO RECREOLAB PARQUE LOMBARDIA 9:00 AM	29 NO PROGRAMACIÓN	30 RECREOVÍA FONTANAR DEL RIO FIN DE SEMANA
01	02	03	04	05	06	07

Wilfrank

ACOMPANAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA:

DD 04 MM 11

AA 2015 PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD:

Gym Nocturno

PERSONA QUE REALIZA EL ACOMPAÑAMIENTO

Hernán Jiménez De la Cruz

BARRIO

San Pedro

PERSONA QUE REALIZA LA ACTIVIDAD

Wilfrank González

LOCALIDAD

Suba

PARQUE Y/O ESCENARIO

Parque San Pedro

UPZ

San José Bawenica

HORA DE LA VISITA

6:00pm

ID SIM DE LA ACTIVIDAD
(Si aplica)

50158094

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y CARNE?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☒

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☒

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS PARA LA ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

10. OTRA, CUÁL?

N/A

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Aspectos Positivos
Realiza una sesión que permite un trabajo de apropiación del parque que se basa en las propuestas del Gym Nocturno

Aspectos Por mejorar.
Compartir otras UCADs

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

ACOMPANAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA:

DD 05 MM 11 AA 2025 PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD:

Entrenamiento Funcional

PERSONA QUE REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

Hernán Jimenez

BARRIO

Tibabuyes Universal

PERSONA QUE REALIZA LA
ACTIVIDAD

Daniela Ramos

LOCALIDAD

Suba

PARQUE Y/O ESCENARIO

Policlínico Tibabuyes

UPZ

Tibabuyes

HORA DE LA VISITA

9:00 AM

ID SIM DE LA ACTIVIDAD
(Si aplica)

50159008

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y
CARNE?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☒

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO
POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL
REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES
INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE
LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE
LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE
ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS
PARA LA ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

10. OTRA, CUÁL?

NA

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Aspectos Positivos
IAF Buena buena charra de grupo + una
Sesión de cala y calentamiento de la tarde

[Firma]

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

Aspectos Por mejorar.
* recomendar Escuela de deportes del barrio

[Firma]

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

ACOMPANAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA:

DD 06 MM 11 AA 2015 PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD:

PERSONA QUE REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

Hernán Jiménez Díaz

BARRIO

Yoga - bienestar del adulto

PERSONA QUE REALIZA LA
ACTIVIDAD

Josef Cueno

LOCALIDAD

Suba

PARQUE Y/O ESCENARIO

CNOE GARCANA

UPZ

Tribotupes

HORA DE LA VISITA

2:00pm

ID SIM DE LA ACTIVIDAD
(Si aplica)

50159547

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y
CARNE?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☒

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO
POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL
REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES
INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE
LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE
LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE
ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS
PARA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

10. OTRA, CUÁL?

NA

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Aspectos Positivos:
JAP hace una sesión acorde a la población adulta
Dinámica sesión de relajación para calentar y preparar para

Aspectos por mejorar:
* Demorar más recomendaciones UCAAF
* Buenas prácticas para la salud física y mental

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

ACOMPANAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA:

DD 09 MM 11 AA 2025

PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD:

Actividad Física Para la Familia y niños

PERSONA QUE REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

Hermin Tinevez Diaz

BARRIO

Fontanar del Rio

PERSONA QUE REALIZA LA
ACTIVIDAD

Marica Aldana

LOCALIDAD

Suba

PARQUE Y/O ESCENARIO

Fontanar del Rio

UPZ

Tibolubos

HORA DE LA VISITA

10:45 - 11:15 AM

ID SIM DE LA ACTIVIDAD
(Si aplica)

50159476

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y CARNE?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS PARA LA ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

10. OTRA, CUÁL?

NA

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Aspectos positivos:
Desarrolla acorde a lo planeado en Plan e incluye
y desarrolla un tipo de ejercicios de desarrollo
esquema corporal de edad indicada
y buena

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

Aspectos por mejorar:
Ninguno.

Celia

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO



ACOMPANAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA: DD 10 MM 11 AA 2025 PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD:
PERSONA QUE REALIZA EL ACOMPAÑAMIENTO: Herman Jimenez Diaz
PERSONA QUE REALIZA LA ACTIVIDAD: Geidy Rincón
PARQUE Y/O ESCENARIO: CEF Fontenay del Rio
HORA DE LA VISITA: 9:30 AM

BARRIO

LOCALIDAD

UPZ

ID SIM DE LA ACTIVIDAD (Si aplica)

CrossFit
Fontenay del Rio
Susa
Tibabuyes
S0162883

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y CARNE?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS PARA LA ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

10. OTRA, CUÁL?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Aspecto positivo
se ve un progreso para comunidad estudiantil de
educación Física Acade y adecuada con
principio
entrenamiento
y valores
pedagógicos
gracia

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

Pedagógico para
estudiantes
universidad
de Nuevo León
Ayer des por mejorar
deber explicar y reconocer como el programa
trabaja en forma desarrollo esta estrategia

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

ACOMPANAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA: DD 11 MM 11 AA 2015 PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD: Yoga
PERSONA QUE REALIZA EL ACOMPAÑAMIENTO: Hernán Jiménez Díaz BARRIO: Salitre
PERSONA QUE REALIZA LA ACTIVIDAD: Andrés Pasado LOCALIDAD: Suba
PARQUE Y/O ESCENARIO: Salitre UPZ: Suba
HORA DE LA VISITA: 7:00am - 8:50pm ID SIM DE LA ACTIVIDAD (Si aplica): 50162625

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y CARNE?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☒

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS PARA LA ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

10. OTRA, CUÁL?

PIA

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Aspectos positivos
IAF tiene muy buen manejo del grupo y sus sesiones acorde
al perfil de la población participante
Respecto a los aspectos de la F. de Recreación

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

Aspectos por mejorar
* Recomendaciones CRABAT incluye charlas
* Manejo uniforme de los temas impartidos

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

ACOMPANIAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA: DD 12 MM 11 AA 2015 PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD: Entrenamiento Funcional
PERSONA QUE REALIZA EL ACOMPAÑAMIENTO: Hernán S. Méndez Díaz BARRIO: Gloria Lora
PERSONA QUE REALIZA LA ACTIVIDAD: Brando Caranquay LOCALIDAD: Sobó
PARQUE Y/O ESCENARIO: Gloria Lora UPZ: Rincon
HORA DE LA VISITA: 8:00 AM ID SIM DE LA ACTIVIDAD (Si aplica): 2016 1081

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y CARNE?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☒

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☒

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS PARA LA ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

10. OTRA, CUÁL? N/A

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES:

Aspectos Positivos
La instructora desarrolla juegos para desarrollar
una mediación pedagógica de la sesión y su temática

[Firma]
FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

Aspectos Por Mejorar
Recordar los tipos de la UCADAF y la
escala perceptual del esfuerzo

[Firma]
FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANIAMIENTO

ACOMPANIAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA: DD 13 MM 11 AA 2015 PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD:
PERSONA QUE REALIZA EL ACOMPAÑAMIENTO: Herman Jimenez Diaz
PERSONA QUE REALIZA LA ACTIVIDAD: Monica Sanchez
PARQUE Y/O ESCENARIO: Parque lago de Suba
HORA DE LA VISITA: 7:30AM

BARRIO

LOCALIDAD

UPZ

ID SIM DE LA ACTIVIDAD
(Si aplica)

Entrenamiento Funcional
Lago de Suba
Suba
Rmca
50162405

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y CARNE?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS PARA LA ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

10. OTRA, CUÁL?

N/A

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Aspectos Positivos
motivaba a los chicos que no practicaban
una buena experiencia en la vida

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

Aspectos por mejorar
integrar a los chicos de buenos hábitos
motivación de los chicos

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANIAMIENTO

ACOMPANAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA:

DD 17

MM 11

AA 2025

PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD:

Cross Hitt

PERSONA QUE REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

Hernán Gómez Díaz

BARRIO

PERSONA QUE REALIZA LA
ACTIVIDAD

María Pardo Espinosa

LOCALIDAD

fontana del río

PARQUE Y/O ESCENARIO

fontana del río

UPZ

Saba

HORA DE LA VISITA

7:00AM

ID SIM DE LA ACTIVIDAD
(Si aplica)

Tienducos

50161752

Tiempo un
Anexo
Requisitos
Plan de
uso del
el
proyecto
es

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y
CARNÉ?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL
REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE
LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE
ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO
POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES
INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE
LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS
PARA LA
ACTIVIDAD/SESIÓN/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☒

10. OTRA, CUÁL?

SNA

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Aspectos Positivos

Según con lo planeado acorde a la
según por el profesor la implementación

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

Aspectos por mejorar
Escala de 1 a 5 por manejo
grupal.

Catala

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

ACOMPANAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA:

DD 17 MM 011 AA 2015

PERSONA QUE REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

Hernán Simón Díaz

PERSONA QUE REALIZA LA
ACTIVIDAD

Andrés Doharguez

PARQUE Y/O ESCENARIO

Suba

HORA DE LA VISITA

8:00AM - 8:50AM

PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD:

Crosshitt

BARRIO

Fontana del Rio

LOCALIDAD

Suba

UPZ

Tibabuyes

ID SIM DE LA ACTIVIDAD
(Si aplica)

SO16756

Andrés Doharguez
Código de identificación
2015
Tiempo 50K
Código de identificación
especie

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y
CARNÉ?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☒

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL
REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE
LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE
ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO
POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES
INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE
LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS
PARA LA ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☒

10. OTRA, CUÁL?

N/A

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Aspectos Positivos
Apoye sesión acorde a la posición
participante

Andrés Julián Butarquez

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

Aspectos Perjudicar
Niveles de energía o Aspectos
motivación de participantes.

Andrés

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

ACOMPANAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA: DD 13 MM 11 AÑOS 2015

PERSONA QUE REALIZA EL ACOMPAÑAMIENTO: Hernán Jiménez Díaz

PERSONA QUE REALIZA LA ACTIVIDAD: Granny Pardo

PARQUE Y/O ESCENARIO: Fontaner del Río

HORA DE LA VISITA: 6:00pm

PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD: Crosshitt

BARRIO: Fontaner del Río

LOCALIDAD: SBC

UPZ: Tibabuyá

ID SIM DE LA ACTIVIDAD (Si aplica): 50165012

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y CARNÉ?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS PARA LA ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☒

10. OTRA, CUÁL?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Aspectos Positivos
insistir y su acompañante realizar una
buena explicación de la sesión

Grimán
 FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
 ENTRENAMIENTO/JORNADA

Aspectos por mejorar.
Los tiempos de sesión siempre se colapan
mejor planeación de tiempo

[Firma]
 FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
 ACOMPAÑAMIENTO

ACOMPANIAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA:

DD 23 MM 11

AA 2025

PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD:

Aerobicos

PERSONA QUE REALIZA EL
ACOMPANIAMIENTO

Hernan Jimenez

BARRIO

Fontana del Rio

PERSONA QUE REALIZA LA
ACTIVIDAD

Sindy (joven)

LOCALIDAD

Sub9

PARQUE Y/O ESCENARIO

Fontana del Rio

UPZ

Tibabuy.

HORA DE LA VISITA

8:00AM

ID SIM DE LA ACTIVIDAD
(Si aplica)

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y
CARNE?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL
REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE
LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE
ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO
POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES
INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE
LA SESION / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS
PARA LA
ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

10. OTRA, CUÁL?

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Apartes de los
Señor Carlos el cual es un usuario de la actividad
Cuenta Carlos el cual es un usuario de la actividad

S. Lorena

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESION/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

Apartes de los
Señor Carlos el cual es un usuario de la actividad

Celso

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANIAMIENTO

ACOMPANAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA:

DD 23 MM 11

AA 2015

PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD:

Danza Fit

PERSONA QUE REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

Homenajimena

BARRIO

Fentara del Rio

PERSONA QUE REALIZA LA
ACTIVIDAD

Wandy Penner

LOCALIDAD

Saba

PARQUE Y/O ESCENARIO

Fentara del Rio

UPZ

Tibubebes

HORA DE LA VISITA

8:55 AM

ID SIM DE LA ACTIVIDAD
(Si aplica)

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y CARNE?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS PARA LA ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

10. OTRA, CUAL?

D/K

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Aspectos positivos
Según establecido en el plan de aula
con los protocolos de seguridad

Aspectos positivos
Según establecido en el plan de aula
con los protocolos de seguridad

Tatiana Ramirez

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

(Firma)

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

Monica

ACOMPANAMIENTO A LAS ACTIVIDADES

FECHA:

DD 23 MM 11

AA 2025

PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD:

Yoga - AF

PERSONA QUE REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

Hernán Jiménez Díaz

BARRIO

Pantón del Río

PERSONA QUE REALIZA LA
ACTIVIDAD

Brajan Hernandez

LOCALIDAD

Seba

PARQUE Y/O ESCENARIO

Pantón del Río

UPZ

Tibabuzes

HORA DE LA VISITA

9:50am

ID SIM DE LA ACTIVIDAD
(Si aplica)

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y CARNE?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE LOS BENEFICIARIOS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE LA SESIÓN / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS PARA LA ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

SI ☒ NO ☐ PARCIAL ☐

10. OTRA, CUAL? S/A

SI ☐ NO ☐ PARCIAL ☐

OBSERVACIONES.

Ayer se realizó la sesión de yoga en el parque Pantón del Río. Se cumplió con el plan pedagógico y se realizó el control de asistencia. Se presentó un problema con el sonido del altavoz, pero se resolvió rápidamente.

Se realizó la sesión de yoga en el parque Pantón del Río. Se cumplió con el plan pedagógico y se realizó el control de asistencia. Se presentó un problema con el sonido del altavoz, pero se resolvió rápidamente.

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD/SESIÓN/
ENTRENAMIENTO/JORNADA

FIRMA DE PERSONA QUIEN REALIZA EL
ACOMPANAMIENTO

INFORME CENTRAL MENSUAL NOVIEMBRE 2025

[illegible]

Si no maneja consecutivo coloque N.A.	COMITÉ/REUNIÓN: REUNIÓN TERRITORIAL LOCALIDAD DE SUBA	DD	MM	AA
ACTA No.		13	11	2025

LUGAR:	https://teams.microsoft.com/join/26945328567257?w=A4PR0rMnmuD44st	HORA DE INICIO:	2:40 p. m.	HORA FIN:	4:00 p. m.
---------------	---	------------------------	------------	------------------	------------

ASISTENTES		
NOMBRE	CARGO	DEPENDENCIA
ANEXO LISTADO DE ASISTENCIA		

ORDEN DEL DIA	
1. Programación noviembre 2025	4.Aspectos logísticos
2.Programación diciembre (vacaciones de los grupos 2025)	5. Varios (reunión de cierre del equipo territorial)
3. Eventos de fin de año	6.

TEMAS TRATADOS
1. Para noviembre se retoman la estrategia de compartir sesiones con comunidad, se tendrá en cuenta esto para la semana del 17 al 23 de noviembre en adelante. Se comparte la información de los eventos locales que vienen Son los siguientes: martes 18 de noviembre en Chorrillos y el viernes 28 de noviembre en Lombardía TEAM Suba se desarrolla la asignación de profesores según la actividad. Por otro lado, se retoma la programación semanal con sesiones para la comunidad, para conocer la oferta local. 2. Para el mes de diciembre se establece todos los eventos y actividades que el programa tiene proyectado desde Las pruebas y los eventos de cierre de año. Se organiza el archivo para colocar las vacaciones de los grupos de persona mayor para diligenciar hasta el viernes 21 de noviembre, también se dan las fechas de las pruebas de nuevas tendencias y sesiones musicalizadas con el propósito de establecer un calendario local de eventos. 4 de diciembre, pruebas físicas; - 10,11 y 12 de diciembre, pruebas técnicas nuevas tendencias; - 15, 21, 22 y 23 diciembre pruebas técnicas sesiones musicalizadas. Por lo tanto, se programa unas actividades locales para organización de parte de los instructores de actividad física (IAF) de la localidad. De la siguiente manera: 3. Eventos de fin de año: * Super clases de Crosshiit Fontanar los días 9 y 11 de diciembre. Resp. Mónica - Leidy - Giovanni - Daniela; *Super clase navideña el 19 diciembre. Resp. Ginna - Pablo; * Viejo teca Local (Suba oriental; 16 de diciembre). Resp. Andrés - David - Cesar; * Reunión de lideres 9 diciembre. Resp. Hernan Jimenez; * Recreo vía nocturna 10 diciembre. Resp. Will - Rubén - Diego;

[illegible]

[illegible]

Siendo las 4:00 pm se da por terminado el comité/reunión, en constancia firman:

PRESIDENTE / DELEGADO / JEFE DEPENDENCIA / QUIÉN CONVOCA		SECRETARIO (S) Si en la reunión no se maneja esta delegación coloque N.A.		
FIRMA		FIRMA	NA	
NOMBRE	HERNAN JIMENEZ	NOMBRE	NA	
CARGO	GESTR TERRITORIAL	CARGO	NA	

NOMBRE COMPLETO DE QUIÉN ELABORA EL ACTA:	HERNAN JIMENEZ DIAZ
---	---------------------

ASISTENCIA REUNIÓN TERRITORIAL SUBA 13-11-2025 - GOOGLE FORM

Marca temporal	Correo electrónico	Nombre y apellidos	Numero de identificación	Cargo
11/13/2025 14:57:10	leidynatalia.rincon.correa@gmail.com	LEIDY NATALIA RINCON CORREA	1015464751	INSTRUCTOR DE ACTIVIDAD FISICA
11/13/2025 14:57:23	cesarcuervo1901@gmail.com	Cesar Iván Cuervo Corredor	10171329213	Instructor de actividad física
11/13/2025 14:57:33	hadk3n@yahoo.com	Andrés Posada Alarcón	80072410	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA
11/13/2025 14:57:33	yeyerg2024@gmail.com	YEISON STIVEN RINCON GARAVITO	1015468146	Instructor de actividad física
11/13/2025 14:57:47	hidalgoplazasginnapaola@gmail.com	Ginna Paola Hidalgo Plazas	1023003949	IAF
11/13/2025 14:57:54	juanrincon2082@hotmail.com	Lorenzo Rincón	93138389	Instructor
11/13/2025 14:58:15	rubenchis99@hotmail.com	Ruben Bernal	1031180202	Instructor actividad física
11/13/2025 14:58:18	monica.sanabria.1930@gmail.com	Mónica Sanabria	1019035048	IAF
11/13/2025 14:58:38	ramosdaniela18.25@gmail.com	Jhemmy Ramos Castro	1018509207	IAF
11/13/2025 15:10:01	davidlopez.ro@hotmail.com	Jose David Lopez Rodríguez	1019090488	Instructor
11/13/2025 15:13:50	pablocesar Garcia Rincon	Pablo Cesar Garcia Rincon	79719801	IAF
11/13/2025 15:18:43	diego30deoctubre@gmail.com	Diego Alejandro Quiroga Suspes	1002365896	Auxiliar de parques
11/13/2025 15:25:13	brendacaranguay@gmail.com	BRENDA SOFÍA CARANGUAY CARANGUAY	1019148425	Instructora de Actividad Física
11/13/2025 15:28:52	Giiobmx866@gmail.com	Giovanny pardo	1000470422	IAF
11/13/2025 15:30:52	p.hernana.jimenez@idrd.gov.co	HERNAN ALONSO JIMENEZ DIAZ	1019022182	GESTOR TERRITORIAL

Si no maneja consecutivo
coloque N.A.
ACTA No.

COMITÉ/REUNIÓN: Reunión mensual Sba

DD	MM	AA
20	11	2025

LUGAR: CEFE Fontanar del Rio HORA DE INICIO: 10:00 AM HORA FIN: 12:00 PM

ASISTENTES		
NOMBRE	CARGO	DEPENDENCIA
Anexo listado de asistencia		

ORDEN DEL DIA	
1. Taller de gimnasia de aerobicos	4.
2. Revisión y organización de eventos diciembre	5.
3. Varios.	6.

TEMAS TRATADOS

① Se inicio la reunion a las 10:00 AM con el taller de gimnasia de mantenimiento a cargo del Profesor Pablo Garcia que conto con apoyo musicalizado de los 6 (seis) elementos del box. El taller se enfoco en el proposito de trabajo de la metica corporal con listas de 120 Bpm y 160 Bpm y compartir experiencias de eventos practicas con sesiones musicalizadas y actividades de recreacion. Tambien se trato el tema de las pruebas tecnicas para las sesiones de nuevas tendencias y sesiones musicalizadas. El taller conto una duracion de 40 minutos y al finalizar se realizo una retroalimentacion del mismo por parte del equipo de trabajo.

② Para tratar el tema de revision y organizacion de eventos para diciembre logrando acorpar la operatividad y organizacion por parte de todo el equipo de trabajo.

* Se inicia hablando del evento de Crosshitt que se

TEMAS TRATADOS

A las 9 de diciembre en la jornada de 4:30pm hasta las 8:00pm. Para este evento los profesores Giovanni Pardo, Daniela Ramos, Monica Sanabria y Leidy Rincón se encargaron de organizar Reglas, temáticas y trabajo en campo. Ellos resaltan que se requiere tal vez talento humano de la localidad.

* Superclase navideña: Se llevara a cabo el 19 de diciembre en el coliseo del CEFEPontarc del Rio con tematica internacional para sesion de Rumber y Computar. Esta actividad sera llevada a cabo por todo el talento humano de la localidad y la organizacion por parte del Profe Pablo Garcia y Gino Hidalgo.

* Recreo nocturno. Se lleva a cabo el 11 de diciembre en el coliseo del CEFEPontarc del Rio. desde las 5pm hasta las 8pm donde cantaremos con 8 profesores y se intentara hacer una entrega de regalos con el proceso de recoleccion por parte de los usuarios. encargados de la actividad: Emil Frank Gonzalez, Ruben Bernal y Diego Quiruga.

* Uejoteca Zona Occidental se realizara en el barrio Gloria Lora el dia 17 de diciembre con la participacion de 5 profesores y la solicitud de la tarima por parte del gestor para el coordinador logistico. Los profesores encargados son: Brenda Caranguay, Lorenzo Rincón y Yelsen Rincón.

* Uejoteca Zona Oriental se realizara en el barrio Victoria Norte y sera el 16 de diciembre con la participacion de 5 profesores y la solicitud de la tarima por parte del gestor. Los profes encargados son: Andres Posada, David Lopez y Cesar Gervio.

Con esta informacion se finaliza el punto 2 con las responsabilidades de cada integrante del grupo y revisando si para el 1 de diciembre tenemos la tarima y los permisos del caso de cada evento.

En el punto de vaia no se toco ningun tema en especifico. Se termina la reunion a las 12:00pm Cumpliendo el orden del dia.

COMPROMISOS		
TEMA	RESPONSABLE	FECHA LÍMITE PARA SU REALIZACIÓN
* Realización de la actividad Cross-hint.	Monica - Giovany - Daniela Leidy	9-12-2025
* Realización de la actividad de Super clase nautica	Simón - Pablo	19-12-2025
* Realización de la recreación nocturna	Will Frank - Ruben - Diego	11-12-2025
* Realización de la Uepoteca zona Occidental	Brenda - Lorenzo - Geison.	17-12-2025
* Realización de la Uepoteca zona Oriental	Andrey - Cesar - David	16-12-2025
* Solicitud de termino y Permisos para la elaboración de los eventos	Hernán Timenez	01-12-2025

EVALUACIÓN Y CIERRE DE LA REUNIÓN

¿Se logró el objetivo?

SI

☒

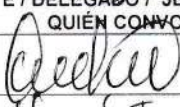
NO

☐

Observaciones

Ninguna

Siendo las 12:00pm se da por terminado el comité/reunión, en constancia firman:

PRESIDENTE / DELEGADO / JEFE DEPENDENCIA / QUIÉN CONVOCA		SECRETARIO (S) Si en la reunión no se maneja esta delegación coloque N.A.	
FIRMA		FIRMA	NA
NOMBRE	Hernán Timenez Díaz	NOMBRE	NA
CARGO	Gestor Ambiental	CARGO	NA

NOMBRE COMPLETO DE QUIÉN ELABORA EL ACTA:

Hernán Timenez Díaz



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: Reunión Entonada Localidad de Sabá

RESPONSABLE DEL EVENTO

Hernán Jiménez DíasFECHA: 20 11 2025 HORA INICIAL: 10:00 AM HORA FINAL: 12:00 PMLUGAR: CETE Fontana del Río

						DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	Cesar Ivan Cuervo Corredor	1091329213	IAF	STRD		/	/	/
2	Andres Posada A	80072410	IAF	STRD				
3	Velson Steven Rincon Corrales	1015468746	IAF	Recreación				
4	Giovanny Pardo H	100042422	IAF	Recreación				
5	Jhenmy Daniela Rones	1018509207	IAF	Recreación				
6	Lidy Natalia Pinzon Correa	1015464751	IAF	Recreación				
7	Lorenzo Rincon	93138389	IAF	STRD				
8	Ruben Bernal	103180202	IAF	Recreación				
9	Brenda Caranguay	1019148425	IAF	Recreación				
10	David Lopez	1019090488	IAF	Recreación				
11	Diego Quiroga S.	1002365896	AUX	STRD				
12	Emma Paola Hidalgo	1023003949	IAF	STRD				
13	Pablo Garcia	71914801	IAF	STRD				
14	Wilfrank Gonzalez Duran	80026316	IAF	STRD				
15	Hernan Alonso Jimenez	109022152	GT	STRD				
16	/	/	/	/	/			
17	/	/	/	/	/			
18	/	/	/	/	/			

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

 PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA RECREOVÍAS FIN DE SEMANA PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES 																																																																																													
PROFESOR PRINCIPAL		JENNIFER LEMUS GONZALEZ			CTO No.: 1954 de 2025		PROFESOR ACOMPAÑANTE		OSWALDO ORJUELA RUIZ																																																																																				
FECHA DE REALIZACIÓN:		dd / mm / aaaa		LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):		LOCALIDAD:		GESTOR ENCARGADO:																																																																																					
		domingo, 02 noviembre de 2025		PARQUE FONTANAR		Loc. 11 Suba		HERNAN JIMENEZ																																																																																					
<table><tr><td>SESIÓN</td><td>H. I.</td><td>H. F.</td><td colspan="2">FASE INICIAL (10-12 min)</td><td colspan="3">FASE CENTRAL (30 - 35 min)</td><td colspan="2">FASE FINAL (7 min)</td></tr><tr><td rowspan="11">AEROBEAT (AER)</td><td rowspan="11">8:00 a.m.</td><td rowspan="11">8:50 a.m.</td><td rowspan="3">1.</td><td rowspan="3">PROTOCOLO IDRD GÉNERO PISTA CONTINUA AEROBEAT NOMBRE CANCIÓN Y ARTISTA Crossover aerobeat 2 - pista continua 155BPM MÉTODO A TRABAJAR Elevacion de temperatura corporal, movimientos coordinativos - Piernas y brazos</td><td colspan="2">OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)</td><td colspan="2">VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)</td><td>12.</td><td>Sumatoria de las secuencias</td></tr><tr><td rowspan="2">5.</td><td rowspan="2">Bloque No. 1 - Puntas al frente, al lado, atrás y elevación de rodilla</td><td colspan="2">Sumatoria reducción</td><td>13.</td><td>Cambios de frente</td></tr><tr><td colspan="2"></td><td colspan="2"></td></tr><tr><td rowspan="3">2.</td><td rowspan="3"></td><td>6.</td><td>Secuencia No. 2 - Base - Piso elevación 3 mambos</td><td colspan="2">Piso pierna al lado, tango, 2 chasse, 1 mambo</td><td colspan="2">DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN</td></tr><tr><td>7.</td><td>Secuencia No. 3 Base - Paso V, piso elevación y 2 mambos</td><td colspan="2">Cintura, piso tap, mambo largo regreso piernas al lado</td><td colspan="2" rowspan="2">Durante la sesión se llevarán a cabo diferentes desafíos coordinativos, sin embargo, el trabajo más exigente será durante la fase central, estos consisten en hacer un juego de secuencias, cambiando el orden de las mismas</td></tr><tr><td>8.</td><td>Secuencia No. 4 Base - Desplazo 3 mambos</td><td colspan="2">Desplazo movimiento de brazos L derecha L izquierda palma, mambos girando + brazos</td></tr><tr><td rowspan="2">3.</td><td rowspan="2"></td><td>9.</td><td>Secuencia No. 05 Base - Camino elevación 2 mambos</td><td colspan="2">Chasse, mambo y mambo robot</td><td colspan="2">ESTIRAMIENTOS</td></tr><tr><td>10.</td><td></td><td colspan="2"></td><td>1.</td><td>Estiramiento de isquiotibiales y miembros posteriores</td></tr><tr><td rowspan="3">4.</td><td rowspan="3"></td><td rowspan="3">11.</td><td rowspan="3"></td><td colspan="2" rowspan="3"></td><td>2.</td><td>Estiramientos de cuádriceps, talón a glúteo</td></tr><tr><td>3.</td><td>Flexión y extensión de cadera</td></tr><tr><td>4.</td><td>Inclinación y rotación de tronco</td></tr><tr><td colspan="7"></td><td>5.</td><td>Retracción escapular y Protección escapular</td></tr></table>										SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)		AEROBEAT (AER)	8:00 a.m.	8:50 a.m.	1.	PROTOCOLO IDRD GÉNERO PISTA CONTINUA AEROBEAT NOMBRE CANCIÓN Y ARTISTA Crossover aerobeat 2 - pista continua 155BPM MÉTODO A TRABAJAR Elevacion de temperatura corporal, movimientos coordinativos - Piernas y brazos	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)		12.	Sumatoria de las secuencias	5.	Bloque No. 1 - Puntas al frente, al lado, atrás y elevación de rodilla	Sumatoria reducción		13.	Cambios de frente					2.		6.	Secuencia No. 2 - Base - Piso elevación 3 mambos	Piso pierna al lado, tango, 2 chasse, 1 mambo		DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN		7.	Secuencia No. 3 Base - Paso V, piso elevación y 2 mambos	Cintura, piso tap, mambo largo regreso piernas al lado		Durante la sesión se llevarán a cabo diferentes desafíos coordinativos, sin embargo, el trabajo más exigente será durante la fase central, estos consisten en hacer un juego de secuencias, cambiando el orden de las mismas		8.	Secuencia No. 4 Base - Desplazo 3 mambos	Desplazo movimiento de brazos L derecha L izquierda palma, mambos girando + brazos		3.		9.	Secuencia No. 05 Base - Camino elevación 2 mambos	Chasse, mambo y mambo robot		ESTIRAMIENTOS		10.				1.	Estiramiento de isquiotibiales y miembros posteriores	4.		11.				2.	Estiramientos de cuádriceps, talón a glúteo	3.	Flexión y extensión de cadera	4.	Inclinación y rotación de tronco								5.	Retracción escapular y Protección escapular
SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)																																																																																					
AEROBEAT (AER)	8:00 a.m.	8:50 a.m.	1.	PROTOCOLO IDRD GÉNERO PISTA CONTINUA AEROBEAT NOMBRE CANCIÓN Y ARTISTA Crossover aerobeat 2 - pista continua 155BPM MÉTODO A TRABAJAR Elevacion de temperatura corporal, movimientos coordinativos - Piernas y brazos	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)		12.	Sumatoria de las secuencias																																																																																			
					5.	Bloque No. 1 - Puntas al frente, al lado, atrás y elevación de rodilla	Sumatoria reducción		13.	Cambios de frente																																																																																			
			2.		6.	Secuencia No. 2 - Base - Piso elevación 3 mambos	Piso pierna al lado, tango, 2 chasse, 1 mambo		DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN																																																																																				
					7.	Secuencia No. 3 Base - Paso V, piso elevación y 2 mambos	Cintura, piso tap, mambo largo regreso piernas al lado		Durante la sesión se llevarán a cabo diferentes desafíos coordinativos, sin embargo, el trabajo más exigente será durante la fase central, estos consisten en hacer un juego de secuencias, cambiando el orden de las mismas																																																																																				
					8.	Secuencia No. 4 Base - Desplazo 3 mambos	Desplazo movimiento de brazos L derecha L izquierda palma, mambos girando + brazos																																																																																						
			3.		9.	Secuencia No. 05 Base - Camino elevación 2 mambos	Chasse, mambo y mambo robot		ESTIRAMIENTOS																																																																																				
					10.				1.	Estiramiento de isquiotibiales y miembros posteriores																																																																																			
			4.		11.				2.	Estiramientos de cuádriceps, talón a glúteo																																																																																			
									3.	Flexión y extensión de cadera																																																																																			
									4.	Inclinación y rotación de tronco																																																																																			
							5.	Retracción escapular y Protección escapular																																																																																					
OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL																																																																																				
EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180 EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)			Realizar actividades aeróbicas favorecen en la prevención de enfermedades cardiovasculares, así mismo mejoran la circulación, y regulan los niveles de colesterol y triglicéridos.		Consumo de grasas saludables como aceite de oliva, frutos secos, aguacate, pescados como trucha o el salmón. Por el contrario, evita las grasas de origen animal (tocineta, chicharrón, cortes de carne altos en grasa, manteca, mantequilla, entre otros) y las frituras.		Las sesiones de aeróbicas son una excelente opción para la rehabilitación cardiopulmonar, ya que aumentan la capacidad funcional y la tolerancia al esfuerzo.		El ejercicio aeróbico, estimula la liberación de endorfinas, reduce la ansiedad y mejora el estado de ánimo.																																																																																				
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR										FIRMA DEL GESTOR																																																																																			
Hola Jennifer, El formato está bien organizado y cumple con las especificaciones establecidas. Recuerda revisar el uso de las tildes, ya que faltan algunas. Para la próxima planeación rotular la sesión de manera adecuada y los horarios (ajustados) Aspectos de la planeación: La sesión cumple adecuadamente con las fases y con la temática propuesta. Ten presente que se trata de aeróbicos básicos, por lo tanto, las variaciones deben estar en línea con la explicación y facilitar la apropiación de la población que inicia en esta disciplina.																																																																																													

LEIDY RINCON

CTO No.:

2460

de 2025

MARIA PAULA ESPINOSA

domingo, 2 de noviembre de 2025

PARQUE FONTANAR DEL RIO
CALLE 144c # 141 c

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

HERNÁN JIMÉNEZ

SESIÓN			H. I.	H. F.	FASE INICIAL			FASE CENTRAL				MATERIALES	
CROSS HIIT (CRO)	7:00 a.m.	7:50 a.m.	Movilidad Articular (5-8 min)			HABILIDAD / CAPACIDAD ENTRENABLE (10 - 12 min)				CALENTAMIENTO	Palo de escoba		
			Explicación Calentamiento Específico (8-10 min)			NOMBRE Y DESCRIPCIÓN		CARGA DE TRABAJO					
			Calentamiento 2 Rounds método TRIPLET - FT 8 minutos. Se realizan tres ejercicios haciendo énfasis en la técnica y coordinación con activación de la cadena posterior. Se completan 2 rondas de 10,20 y 30 reps con tres ejercicios diferentes en un máximo de 8 minutos.			COMPLEX: MUSCLE CLEAN + POWER CLEAN + SQUAT CLEAN: Se desarrolla explicación del agarre de gancho para sujetar la barra, la posición de los pies en el suelo y respecto a la barra, la posición de los hombros y la espalda respecto a la barra. Se desarrolla la explicación de las fases y se procede a ejecutar los movimientos con el palo de escoba.Posteriormente a realizar los movimientos con la barra.		5 - COMPLEX DE 3		FASE CENTRAL	Mancuernas, cajas, barras		
			repeticiones / tiempo"	Ejercicio completo	Regresiones	ENTRENAMIENTO DEL DÍA (15-18 min)	MÉTODO	TIEMPO	RONDAS				
			10 reps	Tall clean	Movimiento gestual o menor rango de movimiento		COMPLEX	15 min	5				
			20 reps	Good morning	Menor rango de movimiento y sin elemento		PARÁMETROS Y CONDICIONES						
			30 reps	Clean high pull	Sin elemento		FT - COMPLEX 5 REPS POWER CLEAN 5 REPS FRONT SQUAT 5 REPS PUSH PRESS Después de cada complex completar 10 reps de T2B 200 mts run					Se combina el método complex con el método For Time para realizar durante 15 minutos 5 complex cada uno con 5 repeticiones de power clean, front squat, push press. Terminado el complex se realizan 10 repeticiones de T2b y 200 mts run para nuevamente iniciar el complex, así sucesivamente hasta completar 15 minutos.	
OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL			
La fatiga extrema o dolor persistente no son normales, en caso de contar con alguno de estos consulte a su médico			Suministrar porciones de proteína ayuda con la recuperación muscular			Después del ejercicio realizar automasajes puede disminuir la rigidez muscular		La actividad física libera endorfinas y serotonina que disminuyen el estrés y ansiedad leve					
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR											FIRMA DEL GESTOR		
Buen día, El formato cumple con la sesión y está organizado según las especificaciones. Ajustar el uso de tildes. El método está acorde al plan de entrenamiento; el calentamiento corresponde adecuadamente al skill. Se recomienda, para el método COMPLEX incluir también las opciones para el grupo 1 y grupo 2. Verificar estos aspectos al iniciar la sesión.													

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA RECREOVÍAS FIN DE SEMANA PLANIFICACIÓN DE SESIONES NUEVAS TENDENCIAS PROFESOR PRINCIPAL Pablo Cesar Garcia Rincon CTO No.: 2148 de 2025 PROFESOR ACOMPAÑANTE Andres Julian Bohorquez Rincon FECHA DE REALIZACIÓN: dd / mm / aaaa lunes, 3 de noviembre de 2025 LUGAR Y/O PUNTO (Dirección): CEFE FONTANAR DEL RIO Cl. 144c #141 c LOCALIDAD: Loc. 11 Suba GESTOR ENCARGADO: Hernán Alonso Jimenez Díaz												
CROSS HIIT (CRO)	H. I.	H. F.	FASE INICIAL			FASE CENTRAL				MATERIALES		
			Movilidad Articular (5-8 min)			HABILIDAD / CAPACIDAD ENTRENABLE (10 - 12 min)				CALENTAMIENTO	Palo Colchoneta	
			Explicación Calentamiento Especifico (8-10 min)			NOMBRE Y DESCRIPCIÓN		CARGA DE TRABAJO				
			Calentamiento por series y repeticiones : 3 series de 15 Repeticiones por ejercicio con descanso de 60 segundos Entre cada serie.			NA		NA				
			repeticiones / tiempo"	Ejercicio completo	Regresiones	ENTRENAMIENTO DEL DÍA (15-18 min)	MÉTODO	TIEMPO	RONDAS	FASE CENTRAL	Kettetbell Colchoneta Wall Ball Box	
			15	Lateral Burpee o Lateral Hop-over	Medio burpee sin santo lateral		CHIPPER	35 min	1			
			15	Inchworm con shoulder tap	Inchworm en cajon sin shoulder tap.		PARÁMETROS Y CONDICIONES					
			15	Carioca (paso cruzado lateral)	Paso y Toca		Este chipper consiste en realizar la lista de ejercicios y repeticiones que deben completarse una sola vez, En el tiempo estipulado, lo que demanda resistencia, fuerza y enfoque mental.					
			FASE FINAL (7 min)									
			1. Estiramiento de cuádriceps De pie, tomá un pie y levá el talón hacia el glúteo.									
2. Estiramiento de isquiotibiales (Hamstring stretch) Sentado con una pierna extendida y la otra flexionada.												
3. Estiramiento de glúteos / piriforme Acostado boca arriba, cruzá una pierna sobre la otra y llevá las rodillas hacia el pecho.												
4. Estiramiento de aductores (mariposa) Sentado, juntá las plantas de los pies y acercá las rodillas hacia el suelo.												
5. Child's Pose (postura del niño) Desde posición de cuatro apoyos, llevá la cadera hacia los talones y estrá los brazos al frente.												
OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL			
poner recomendaciones sobre la sesión		Mejora de la salud cardiovascular Al mantener un ritmo elevado durante todo el entrenamiento, se mejora la eficiencia del corazón y los pulmones. Ayuda a reducir la presión arterial y el riesgo de enfermedades coronarias. Incrementa la capacidad aeróbica y anaeróbica.			Mejora metabólica y hormonal Aumenta la sensibilidad a la insulina, ayudando en la prevención o control de la diabetes tipo 2. Regula los niveles de cortisol y testosterona, equilibrando el sistema hormonal.		Desarrollo de la capacidad funcional Los chipper suelen imitar movimientos naturales y útiles en la vida diaria (empujar, cargar, saltar, traccionar...). Esto mejora el rendimiento general y reduce el riesgo de lesiones en actividades cotidianas.		Beneficios neurológicos y psicológicos Requiere coordinación, concentración y disciplina mental. Libera endorfinas y otros neurotransmisores que reducen el estrés y la ansiedad.			
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR										FIRMA DEL GESTOR		
Buenas noches, El formato cumple con la sesión y está organizado según las especificaciones. Ajustar el uso de tildes. El método está acorde al plan de entrenamiento; el calentamiento corresponde adecuadamente al skill. Se recomienda, para el método chipper, incluir también las opciones para el grupo 1 y grupo 2. Verificar estos aspectos al iniciar la sesión.												

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA RECREEVÍAS FIN DE SEMANA PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES										
PROFESOR PRINCIPAL		JULIETH PAULINE LEÓN			CTO No.: 1835 de 2025		PROFESOR ACOMPAÑANTE		CINDY LORENA CUEVAS	
FECHA DE REALIZACIÓN:		dd / mm / aaaa		LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):		LOCALIDAD:		GESTOR ENCARGADO:		
lunes, 3 de noviembre de 2025				PARQUE FONTANAR DEL RIO CALLE 146 N° 138A-99		Loc. 11 Suba		HERNAN JIMENEZ		
SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)		
AEROBEAT (AER)	11:20 a.m.	12:05 p.m.	1.	(GÉNERO) Pista Aerobeat 155-165 bpm	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG/ JUEGO)(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)	VARIACIÓN- GRUPO 1(AER)/ MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	GRUPO 1 SUMATORIA CAMBIOS DE FRENTE		
				NOMBRE CANCIÓN N/A	5.	SECUENCIA 1 BASE TALON D-I + DOBLE TALON + 2 MAMBOS MODIFICACIÓN SECUENCIA 1 TALON D-I + VOLEO TANGO + TRASPIE+ PIERNA AL LADO	SECUENCIA 1 BASE TALON D-I + DOBLE TALON + 2 MAMBOS MODIFICACIÓN SECUENCIA 1 TALON D-I + DOBLE TALON (DESPLAZAMIENTO) + 2 MAMBO MARCHA EN GIRO	13.	GRUPO 2 PARTICION A-D	
				MÉTODO A TRABAJAR Sumatoria y Reducción con construcción bilateral	6.	SECUENCIA 2 BASE 3 MAMBOS + PISA ELEVA MODIFICACIÓN SECUENCIA 2 MAMBO CRUZADO + MAMBO CADERA+ PISA ELEVA	SECUENCIA 2 BASE 3 MAMBOS + PISA ELEVA MODIFICACIÓN SECUENCIA 2 DOBLE MAMBO + DOBLE MAMBO ATRÁS + MAMBO+ PISA ELEVA	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN	SE REALIZARA SUMATORIA CON CAMBIO DE FRENTE PARA GRUPO 1 Y METODOLOGIA DE PARTICION A-D PARA GRUPO 2, AMBOS GRUPOS ESTARAN UBICADOS EN MODO ENFRENTADOS.	
				CALENTAMIENTO Movilidad articular cefalocaudal, estimulación de frecuencia cardiaca y temperatura corporal.	7.	SECUENCIA 3 BASE CAMINO ELEVO + 2 MAMBOS MODIFICACIÓN SECUENCIA 3 CAMINO ELEVO +MAMBO ATRÁS+ MAMBO	SECUENCIA 3 BASE CAMINO ELEVO + 2 MAMBOS MODIFICACIÓN SECUENCIA 3 DOBLE TRASPIE ELEVO + 3 MAMBOS			
				2.	8.	SECUENCIA 4 BASE DOBLE PIERNA LATERAL + 3 MAMBOS MODIFICACIÓN SECUENCIA 4 PICO DE GARZA CRUZADO + PASO WINE (CADERA) + PISA ELEVA	SECUENCIA 4 BASE DOBLE PIERNA LATERAL + 3 MAMBOS MODIFICACIÓN SECUENCIA 4 DOBLE PIERNA LATERAL + MAMBO LARLO + MAMBO			
				3.	9.	SECUENCIA 5 BASE 4 PUNTAS AL FRENTE + 2 MAMBOS MODIFICACIÓN SECUENCIA 4 AMAGUE (BRAZOS)+ MAMBO SIN COPADO	SECUENCIA 5 BASE 3 PASOS V + PISA ELEVA MODIFICACIÓN SECUENCIA 4 PUNTA TALON + MAMBO LARGO (BRAZOS)			
				4.	10.			1.	Estramiento de Hombro cruzado	
				11.				2.	Estramiento de cuádriiceps de pie	
								3.	Estramiento de espalda brazos al frente	
								4.	Estramiento de media pinza de pie	
				5.	Elevaciones de talon en pinza y elevación de metatarsos					
OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL						
No realizar giros de mas de 180° en menos o en un compás, no realizar twist ni movimientos de pivot CONSTRUCCIÓN BILATERAL SIN GIROS NI TWIST (Construcción básica bilateral con repetidores estaticos)	Recuerde realizar minimo 30 mn de actividad fisica moderada al dia, esto me ayudara a evitar caer en el sedentarismo.	Recuerde consumir alimentos que le favorezca la practica de actividad fisica, teniendo en cuenta de no alistr con el estomago completamente lleno o en su defecto sin haber comido algo ligero mn 30 mn antes de la sesion.	Procure asistir con ropa comoda, calzado y demas elementos que le faciliten su movilidad durante la sesion, ademas de evitar ingresar a la sesion sin haber calentado o preparado cada parte de su cuerpo , asi mismo no olvide realizar el estiramiento al finalizar, ya que esto reducira el riesgo de lesiones.	Recuerde que la practica de actividad fisica le ayuda a estimular parte de su sistema endocrino, especificamente activando algunas hormonas que le generan sensacion de bienestar , ejemplo: la endorfina (hormona que contribuyen a disminuir los efectos del estrés, brinda calma al sistema nervioso, y contribuye al aumento de energia)						
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR					FIRMA DEL GESTOR					
Formato: El formato cumple con la información solicitada, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunas palabras para ajustar. Recuerda no realizar pasos contraindicados Planeación: Sesión cuante con sus 3 fases ben detalladas y esta acorde a la temática propuesta para esta sesión y fecha.										

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

MARIA FERNANDA ALDANA HERRERA

CTO No.:

3191

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE

WENDY TATIANA RAMIREZ MORA

FECHA DE REALIZACIÓN:

dd / mm / aaaa

lunes, 3 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):

PARQUE FONTANAR DEL RIO
Dg 147 # 141 A - 42

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:

HERNAN JIMENEZ

COMBAT TRAINING (COT)	SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)	FASE CENTRAL (30 - 35 min)		FASE FINAL (7 min)
					OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)	VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12. Durante esta fase hay disminución progresiva de la intensidad de la actividad física, a través de movimientos suaves buscando reducir la frecuencia cardíaca y permitir que los músculos vuelvan a su estado normal. Se tiene en cuenta el estiramiento general global y sostenido con duración por cada ejercicio de 10 a 30 segundos, de forma caudalencefalica, mientras se realizan ejercicios de respiración.
				1. •Movilidad articular: Se realizarán ejercicios de flexión, extensión y circunducción. En forma pedagógica se irá de de forma cefalocaudal	5. Secuencia bilateral de desplazamiento lateral con 3 jabs, 1 cross, una rodilla frontal y una patada frontal. La altura de la patada será ajustada por el usuario según su capacidad física. Iniciando siempre por derecha	MÉTODO: sumatoria	13. Retroalimentación: Se repasa el cumplimiento del objetivo de la sesión, el qué se trabajó, y se nombran los aspectos por mejorar. Este ejercicio se realiza de forma grupal y asertiva permitiendo que los usuarios hagan también una retroalimentación de su aprendizaje. Adicional a esto, se recuerda el horario, la entidad y el nombre de la profesional.
				2. •Activación: Estimular los sistemas, generando respuestas a nivel muscular, respiratorio, cardiovascular, endócrino y óseo, aumentando la temperatura, y generando una respuesta metabólica, preparando el cuerpo para la siguiente fase. Esta se realizará por medio de movimientos de defensas y golpes suaves de kung fu.	6. Secuencia bilateral de golpes a pera + defensas con bloqueo en X	MÉTODO: Pirámidal invertido	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN
				3. •Estiramiento preventivo: Se realizarán ejercicios de estiramientos dinámicos de corta duración, buscando que los tendones y músculos se preparen para la fase central.	7. Bloque bilateral de golpes de codo ascendentes y descendentes, y bloqueos laterales. Iniciando siempre con pierna derecha	MÉTODO: Sumatoria	Se realizará práctica de movimientos de equilibrio, ayudando a que el usuario haga un trabajo de propiocepción y fortalecimiento de estabilizadores.
				4. Durante esta fase se informará a los usuarios el objetivo de la sesión, se explicará la escala de percepción del esfuerzo, y se sugerirá hacer la hidratación en pequeñas dosis, en el momento en el que se requiera.	8. Bloque bilateral trabajo de resistencia, equilibrio y propiocepción con posturas de artes marciales: Mantis y grulla	MÉTODO: Pirámidal invertido	
					9.		
					10.		ESTIRAMIENTOS
					11.		1. Estiramiento de Hombro cruzado
							2. Estiramiento de cuádriceps de pie

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
No realizar giros de mas de 180° en menos o en un compás, no realizar twist ni movimientos de pivot	Realizar de 150 a 300 min de actividad física moderada a la semana, siguiendo las recomendaciones de la OMS.	Consumir 5 porciones de frutas y/o verduras al día, siguiendo las recomendaciones de la OMS	Debido al suelo en el cual realizamos la actividad se sugiere, asistir con un calzado deportivo de suela gruesa y semi dura, para disminuir el impacto articular durante la sesión	Promueva una actitud de superación constante con los avances identificados en los usuarios, esto fomenta la sensación de éxito.

OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR	FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunas palabras para ajustar. Planeación: Sesión cuante con sus 3 fases ben detalladas y esta acorde a la temática propuesta para esta sesión y fecha.	

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

NICOLD DAYANNA CORREDOR DOMINGUEZ

CTO No.:

2334

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE

JENIFER LEMUS

FECHA DE REALIZACIÓN:

dd / mm / aaaa

domingo, 9 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):

PARQUE FONTANAR DEL RIO

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:

HERNAN JIMENEZ

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)		FASE FINAL (7 min)		
					OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)	VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)			
AEROBEAT (AER)	12:10 p.m.	1:05 p.m.	1.	CALENTAMIENTO INICIAL CON REPETIDORES ESTATICOS			12.	Estiramiento dinamico	
					5.	GÉNERO Y NOMBRE CANCIÓN - ARTISTA Pista Aerobeat mix Guaracha 7.	GÉNERO Y NOMBRE CANCIÓN - ARTISTA Pista Aerobeat mix Guaracha 7.	13	Vuelta a la calma
			2.	MOVILIDAD ARTICULAR	6.	SECUENCIA 1. Amaga, eleva y doble traspie. Camina al frente con pierna al lado y amaga tap.	SECUENCIA 1. Amaga, eleva y doble tap. Camina al frente con pierna al lado y dos pisa eleva.	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN	
					7.	SECUENCIA 2. Slime con traspie, eleva pierna y pendulo con mambo. Doble tap, eleva con salsa y mambo.	SECUENCIA 2. Slime con traspie, eleva pierna y doble tap cruzado. Doble tap, paso en V y dos piernas al lado.	GRUPO 2. Partición en abanico. GRUPO 1. Sumatoria con cambios de frente	
					8.	SECUENCIA 3. Paso doble traspie con pierna al lado, moviemo de cadera y pisa eleva. Chasee con pisa eleva, mambo tap y mambo.	SECUENCIA 3. Doble tap adelante y atrás, pisa eleva y doble tap cruzado. Secuencia bilateral.		
			3.	ACITIVACIÓN CARDIOVASCULAR CON LAS BASES DE LO QUE SE TRABAJARA DURANTE LA SESIÓN	9.	SECUENCIA 4. Pisa eleva con cadera, chasee y mambo largo. 2 mambos atrás con secuencia de brazos, punta talon y eleva con traspie.	SECUENCIA 4. Dos mambos atrás con secuencia de brazos y dos mambos. Secuencia Bilateral.	ESTIRAMENTOS	
					10.	GRUPO 2. Partición en abanico. GRUPO 1. Sumatoria con cambios de frente	GRUPO 2. Partición en abanico. GRUPO 1. Sumatoria con cambios de frente	1.	Estiramiento de Hombro cruzado
			4.					2.	Estiramiento de cuadriceps de pie
								3.	Estiramiento de espalda brazos al frente
								4.	Estiramiento de media pinza de pie
					11.			5.	

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
(CONSTRUCCIÓN BASICA BILATERAL CON REPETIDORES ESTÁTICOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS)	Distribuya la actividad a lo largo de la semana y varíe el tipo de actividades que realiza.	Elegir una comida antes del entrenamiento que sea baja en grasa y azúcares, moderada en proteínas y alta en carbohidratos, por ejemplo, un batido de almendras, banano y cualquier fruto rojo. Tomarlo de 60 a 90 minutos antes del entrenamiento.	Debido al suelo en el cual realizamos la actividad se sugiere, asistir con un calzado deportivo de suela gruesa y semi dura, para disminuir el impacto articular durante la sesión	Promueva una actitud de superación constante con los avances identificados en los usuarios, esto fomenta la sensación de éxito.
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR				FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada. Recuerda mantener todo el texto en color negro; los cambios indicados son solo una guía para las modificaciones. Por favor, revisa nuevamente el uso de las tildes. Planeación: La planeación cumple con las fases de calentamiento, parte central y vuelta a la calma.				

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

BRAYAN HERNANDEZ

CTO No.:

2158

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE

LORENA CUEVAS

FECHA DE REALIZACIÓN:

domingo, 9 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):

PARQUE FONTANAR DEL RIO Calle 146 #138a-99, Bogotá

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:

HERNAN JIMÉNEZ MANTÉN

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)			
DANZA FIT (DAF)	8:55 a.m.	9:45 a.m.	1.	Protocolo inicial: En nombre de la alcaldía de Bogotá, el IDRD y el programa Bogotá en forma, le da la bienvenida a la sesión de Danza Fit, quien los acompaña instructores Brayan Hernández y Lorena Cuevas.	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)		12.	Bunde San antonio	
					5.	Se procede a realizar el cumplimiento del objetivo de la sesión, realizando la enseñanza de los pasos típicos de la región Pacífica	MÉTODO		13.		
			2.	Currulao Quitate de mi escalera Grupo Socavon Movilidad Articular, acercamiento a los pasos básicos Metodo Libre.	6.	CURRULAO Kilele - La contundencia Chirimia	Sumatoria		DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN		
					7.	El Carpintero	Sumatoria		En la canción del ítem 8 se hace una interacción por parejas siguiendo el patrón típico del folclor de la jota chochoana.		
					8.	Jota chochoana Fundación cultural y artística cal y arena.	Sumatoria				
			3.	Makerule Grupo bahia Elevacion de temperatura metodo sumatoria.	9.	Birimbi Abozao	Sumatoria		ESTIRAMIENTOS		
					10.	bunde - el ermitaño	Sumatoria		1.	Estiramiento de Hombro cruzado	
			4.		11.				2.	Estiramiento de cuadriceps de pie	
									3.	Estiramiento de espalda brazos al frente	
									4.	Estiramiento de media pinza de pie	
									5.		

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
No realizar giros de mas de 180° en menos o en un compás, no realizar twist ni movimientos de pivot	Si consume medicamentos y suspendió su uso notifique a los docentes, para poder estar pendientes de su estado, del mismo modo evite sobre exigirse si llega a sufrir alguna enfermedad de base que pueda agravarse.	Si consume medicamentos y suspendió su uso notifique a los docentes, para poder estar pendientes de su estado, del mismo modo evite sobre exigirse si llega a sufrir alguna enfermedad de base que pueda agravarse.	Debido al suelo en el cual realizamos la actividad se sugiere, asistir con un calzado deportivo de suela gruesa y semi dura, para disminuir el impacto articular durante la sesión	Realice ejercicios de interacción y aproveche los espacios del IDRD para conocer personas tenga en cuenta que entablar relaciones sanas es muy enriquecedor para nuestra salud mental.

OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR

FIRMA DEL GESTOR

Hola Brayan,
Formato:
El formato cumple con la información solicitada. Por favor, recuerda que el apellido correcto es Jiménez. Mantén toda la letra en color negro y asegúrate de que coincida con los aspectos generales requeridos. Te recomiendo revisar nuevamente el uso de las tildes y algunos errores de ortografía que se presentan.
Planeación:
La planeación cumple adecuadamente con las fases de calentamiento, parte central y vuelta a la calma.
Recuerda que las observaciones del SIM corresponden a Folclore nacional – Región Pacífico. Las canciones seleccionadas son acordes y la metodología empleada responde al enfoque propuesto para la sesión.

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL	SINDY LORENA CUEVAS R	CTO No.:	1984	de 2025	PROFESOR ACOMPAÑANTE	BRAYAN JAVIER HERNANDEZ V.	
FECHA DE REALIZACIÓN:	dd / mm / aaaa domingo, 9 de noviembre de 2025	LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):	PARQUE FONTANAR DEL RIO CALLE 144C #141C	LOCALIDAD:	Loc. 11 Suba	GESTOR ENCARGADO:	HERNAN JIMENEZ

COMBAT TRAINING (COT)	SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)		FASE FINAL (7 min)	
				1.	En posicion de guardia neutra: Movilidad articular hombros codos y muñecas.	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)	VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	Balanceo + estiramiento preventivo
						5.	Guardia neutra: Jab + elevacion de rodilla		13
				2.	Patada derecha e izquierda	6.	Guardia neutra: Gancho horizontal + esquiwa		DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN
						7.	Guardia lateral Enseño: Cambios de guardia Jab + cross Desplazo lateral: Enseño Oppercut Gancho		
				3.	Estocada con pierna derecha luego, izquierda (agarrar la rodilla del contrincante)	8.	Combino: 2oppercute con derecha+ 2 gancho D-I, 2 rodilla derecha y una patada izquierda.		
						9.			ESTIRAMIENTOS
				4.	Salto de cuerda con variaciones (sensillo, salto de boxeador, cancanes, cruzado)	10.			
						11.			
								1.	Entrelazo dedos, extiende brazos y pelvis hacia dentro
								2.	Torsion de tronco sostenida D-I
								3.	Inclinacion lateral de tronco D-I
								4.	"Pinza" piernas extendidas, baja a tocar punta de pies.
								5.	

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
(SECUENCIAS CON COMBINACIONES DE BLOQUEOS, ESQUIVAS Y DESPLAZAMIENTOS)	"Practicar COMBAT al ritmo de la música fortalece tu sistema cardiovascular, mejora tu capacidad pulmonar y activa tu metabolismo. ¡Tu cuerpo se vuelve más resistente desde dentro!	Así como las raíces de un árbol se nutren de la tierra, tu cuerpo se equilibra con buena hidratación y alimentos que cuidan tus músculos y nervios. ¡No olvides beber agua!	Realizar esta práctica al menos 2 a 3 veces por semana mantiene tu coordinación neuromuscular y tu densidad ósea. ¡Tu cuerpo te lo agradecerá en cada paso!	El arte marcial no solo libera el cuerpo, también libera la mente. Aquí canalizamos el estrés y transformamos la tensión en poder.
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR				FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada. Revisa nuevamente el uso de las tildes y ajusta algunas palabras para mejorar la redacción. Planeación: La planeación cumple con las fases de calentamiento, parte central y vuelta a la calma. Se recomienda especificar los ejercicios del calentamiento. La planeación responde adecuadamente a las temáticas y observaciones de la sesión.				

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL	YEISON RINCON		CTO No.:	1284	de 2025	PROFESOR ACOMPAÑANTE	NA		
FECHA DE REALIZACIÓN:	dd / mm / aaaa domingo, 9 de Noviembre de 2025		LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):	CEFE COMETAS		LOCALIDAD:	Loc. 11 Suba	GESTOR ENCARGADO:	HERNAN ALONSO JIMÉNEZ

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)		FASE FINAL (7 min)				
CICLO REC (CR)	8:00 AM	9:45 AM	1.	CICLOREC. 5 Minutos - Z2 50-60% FC Pedaleo sentado con movilidad de brazos y trabajo escapular, preparación de segmentos corporales del tren superior y zona media del cuerpo. 1' 30" Min - Z2 40% Pedaleo alterno - 128 BPM 1' 30" - Z2 40% Pedaleo alterno - 128 BPM 1 Min - Z2 50% Pedaleo suave aumentando la resistencia 10 niveles-130 BPM de manera consecutiva 45" - Z2 55% Pedaleo de pie agarre 3 - 132 BPM	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	Se Permite que el participante hidrate nuevamente, realizando las respectivas recomendaciones de la UCAD		
					2.	Zona de trabajo 2 Esfuerzo suave o leve - poca resistencia sobre la bicicletaHace referencia al trabajo teniendo en cuenta la escala de percepción del esfuerzo. El participante se encuentra activando sistema cardiovascular progresivamente y su numero de calificación cualitativa es de 1 a 3 Trabajo inicial del calentamiento específico (Se caracteriza por ser la entrada el calor)	5.	GÉNERO Y NOMBRE CANCIÓN - ARTISTA TECNO HOUSE - Losing It - FISHER	MÉTODO Z2 - Z3 - Z4 escalonado consecutivo. ESTIMULACIÓN CONSTANTE Y PROGRESIVA 5' Rondas = 1	13	FEEDBACK Se Permite un espacio de retroalimentación para que los participantes compartan su experiencia durante la sesión,por si presento inconvenientes y demás
			6.	House - CALIPSO -DJ FEIS			Z2 - Z3 - Z4 escalonado consecutivo. ESTIMULACIÓN CONSTANTE Y PROGRESIVA 30" R3	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN			
			7.	ELECTROLATIN - RITMO - Raffa			Z4 CONTRARELOJ. ESTIMULACIÓN CONSTANTE. Trabajo intervalico - Velocidad máx 1' 3 R	En la canción # 10 11 se realizará una coreografía de trabajo de brazos por equipos con las personas, desafiando la expresión corporal , la coordinación y la memoria.			
			8.	DEEP HOUSE - Low- MITCH DB			Trabajo de recuperación, sin trabajo en potencia 4'.				
			9.	ELECTROLATIN - BUSCANDO MONEY - TAISON K			TRABAJO CORDINATIVO JUEGO DE BRAZOS Y PEDALEO				
			3.	Zona de trabajo 3 Esfuerzo moderado - resistencia media sobre la bicicletaHace referencia al trabajo teniendo en cuenta la escala de percepción del esfuerzo. El participante trabaja por intervalos de tiempo de 2' min, descansando entre intervalos 1' y su numero de calificación cualitativa es de 4 a 5Inicio de fase central. Se busca que el participante empiece a sentir un estímulo de trabajo en su tren inferior; ya que , los descanso son mas cortos			10.	HOUSE - PUMP IT - TIESTO	Coreografía 1 y 2 de brazos	ESTIRAMIENTOS	
							11.	TECNO - G MAX - Yuliams P	Trabajo de recuperación, sin trabajo en potencia 4'	1.	Estiramiento de isquiotibiales con apoyo de pierna sobre bicicleta.
							4.	zona de trabajo 4 Esfuerzo Intenso - Resistencia por encima del nivel medio sobre la bicicleta Hace referencia al trabajo teniendo en cuenta la escala de percepción del esfuerzo. El participante trabaja por intervalos de tiempo de 1' min descansando 2' min. Se incrementa la resistencia y el trabajo genera un porcentaje mayor de desgaste caloricoTrabajo principal. El participante trabaja en su mayoría pedaleando de pie			
										3.	Estiramiento de gluteo sobre la bicicleta
										4.	Estiramiento de hombro y muñecas sobre la bicicleta
										5.	estiramiento de aductores flexion - extension de pierna

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
NA	Distribuya la actividad a lo largo de la semana y varíe el tipo de actividades que realiza.	Elegir una comida antes del entrenamiento que sea baja en grasa y azúcares, moderada en proteínas y alta en carbohidratos, por ejemplo, un batido de almendras, banano y cualquier fruto rojo. Tomarlo de 60 a 90 minutos antes del entrenamiento.	Debido al suelo en el cual realizamos la actividad se sugiere, asistir con un calzado deportivo de suela gruesa y semi dura, para disminuir el impacto articular durante la sesión.	Promueva una actitud de superación constante con los avances identificados en los usuarios, esto fomenta la sensación de éxito.
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR				FIRMA DEL GESTOR
Formato: Falta incluir el número de contrato del IAF. Revisa el apellido del gestor, es "Jiménez". Verifica nuevamente el uso de las tildes y ajusta algunas palabras para mejorar la redacción. Recuerda marcar correctamente el archivo de la siguiente manera: abreviatura + fecha + nombre del IAF (CR-09-11-2025-YEISON RINCÓN). Planeación: La planeación cumple con las fases de calentamiento, parte central y vuelta a la calma. Se recomienda especificar los ejercicios del calentamiento. Es importante la carga de intensidad compartida en las fases, es una buena planeación y será una muy buena sesión. Corregido				

 IDRD

HERNAN JIMENEZ

CROSS HIIT (CRO)

HERNAN JIMENEZ

11:15 a.m.

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREEVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL	MARIA FERNANDA ALDANA HERRERA	CTO No.:	3191	de 2025	PROFESOR ACOMPANANTE	BRAYAN JAVIER HERNANDEZ VARGAS	
FECHA DE REALIZACIÓN:	dd / mm / aaaa domingo, 16 de noviembre de 2025	LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):	PARQUE FONTANAR DEL RIO Dg 147 # 141 A - 42	LOCALIDAD:	Loc. 11 Suba	GESTOR ENCARGADO:	HERNAN JIMENEZ

AEROBEAT (AER)	SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)	FASE CENTRAL (30 - 35 min)		FASE FINAL (7 min)
					OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)	VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12. Durante esta fase hay disminución progresiva de la intensidad de la actividad física, a través de movimientos suaves buscando reducir la frecuencia cardíaca y permitir que los músculos vuelvan a su estado normal. Se tiene en cuenta el estiramiento general global y sostenido con duración por cada ejercicio de 10 a 30 segundos, de forma caudalencefalica, mientras se realizan ejercicios de respiración.
				1. •Movilidad articular: Se realizarán ejercicios de flexión, extensión y circunducción. En forma pedagógica se irá de de forma cefalocaudal	5. Secuencia bilateral simétrica - Patineta, cadera, salsa, stop y talon punta.	Secuencia bilateral simétrica- Desplazamiento frontal con cadera derecha, cadera izquierda y dos mambos. •MÉTODO: sumatoria	13. Retroalimentación: Se repasa el cumplimiento del objetivo de la sesión, el qué se trabajó, y se nombran los aspectos por mejorar. Este ejercicio se realiza de forma grupal y asertiva permitiendo que los usuarios hagan también una retroalimentación de su aprendizaje. Adicional a esto, se recuerda el horario, la entidad y el nombre de la profesional.
				2. •Activación: Se busca estimular y generar respuestas a nivel muscular, respiratorio, cardiovascular, endócrino y óseo, aumentando la temperatura, y generando una respuesta metabólica, que preparará el cuerpo para lo que se realizará en la fase central. Esta se realizará por medio de repetidores estáticos, y ejercicios de gimnasia cerebral sencillos.	6. Secuencia bilateral simétrica - desplazamiento lateral, traspie, jazz pas de bourrée, desplaza y talón arriba	Secuencia bilateral simétrica - Desplazamiento lateral ida y vuelta, paso rodilla y mambo. •MÉTODO: piramidal invertido	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN
				3. •Estiramiento preventivo: Se realizarán ejercicios de estiramientos dinámicos de corta duración, buscando que los tendones y músculos se preparen para la fase central.	7. Secuencia bilateral simétrica - Medio V, eleva rodilla, desplaza traspie, punta al frente cruzada, pierna al lado y lado, eleva rodilla y amaga	Secuencia bilateral simétrica - Medio V eleva rodilla, desplaza ida y vuelta, y mambo •MÉTODO: Sumatoria	Se realizará práctica coordinativa de brazos y juego en abanico, en donde se trabajará la memoria y la coordinación
				4. Durante esta fase se informará a los usuarios el objetivo de la sesión, se explicará la escala de percepción del esfuerzo, y se sugerirá hacer la hidratación en pequeñas dosis, en el momento en el que se requiera.	8. Secuencia bilateral simétrica - Movimiento de cadera adelante y atrás, eleva rodilla, monte adentro, paso tango con brazos y giro	Secuencia bilateral simétrica - Caminata adelante, eleva rodilla, paso v y 2 mambos con brazos dependiendo el nivel visto en el grupo •MÉTODO: Sumatoria	
					9. Secuencia bilateral simétrica - Eleva en tiempo 2, doble piso atrás, pierna al lado, chase adelante, chase atrás con movimiento de cadera	Secuencia bilateral simétrica - Eleva en tiempo 2, mambo, camina mambo y samba •MÉTODO: Sumatoria	
					10.		ESTIRAMENTOS
					11.		1. Estiramiento de Hombro cruzado
							2. Estiramiento de cuádriceps de pie

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
No realizar giros de mas de 180° en menos o en un compás, no realizar twist ni movimientos de pivot	Realizar de 150 a 300 min de actividad física moderada a la semana, siguiendo las recomendaciones de la OMS.	Consumir 5 porciones de frutas y/o verduras al día, siguiendo las recomendaciones de la OMS	Debido al suelo en el cual realizamos la actividad se sugiere, asistir con un calzado deportivo de suela gruesa y semi dura, para disminuir el impacto articular durante la sesión	El ejercicio aeróbico regular mejora las capacidades fisiológicas y funcionales del organismo de una persona, dándole una mejor calidad de vida.

OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR	FIRMA DEL GESTOR
------------------------------------	------------------

Formato:
El formato cumple con la información solicitada. Revisa nuevamente el uso de tildes y algunas palabras para realizar los ajustes necesarios. Recuerda no usar pasos contraindicados
Recuerda marcar correctamente el archivo de la siguiente manera: Abreviatura + fecha + nombre del IAF
Ejemplo: CR-09-11-2025-YEISON RINCÓN

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

OSWALDO ORJUELA RUIZ

CTO No.:

9257

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE

JHON FREDY PUIN ROZO

FECHA DE REALIZACIÓN:

domingo, 16 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):

PARQUE FONTANAR DEL RIO 144C #141C CALLE

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:

HERNÁN JIMÉNEZ

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)	
			1.	En esta fase se realizan movimientos básicos que permitan elevar la frecuencia cardíaca y respiratoria, generando una intensidad del ejercicio que vaya de 0.5 a 2, según la escala de percepción del esfuerzo de Borg, para esto la música esta diseñada con un BPM (beat por minuto) entre 140 y 155.	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	Realizare movimientos con menor amplitud, disminuyendo paulatinamente la cadencia y repetición de los pasos y/o movimientos realizados en la fase inicial.
					5.	PISTA DE 50 MIN BPM Inicia 140 hasta 155 SOLO RELAIZARE UN GRUPO	MÉTODOS APLICAR	13	Ejecutare los movimientos más lentos, alternando con trabajos de respiración,finalizando con estiramientos estáticos acordes y en coherencia a los ejercicios realizados. A esto realizare una retroalimentación del trabajo ejecutado y genero expectativa informando las actividades a realizar en la próxima sesión.
2.	Se realizan trabajos de movilidad articular respetando el orden anatómico de manera coherente, sencilla y progresiva —flexiones, extensiones, rotaciones, inclinaciones, movimientos pendulares, circulares y combinados—Ssgundo trabajo será de coordinacion bilateral de brazos y piernas. movilizand la mayor cantidad de articulaciones. Cada movimiento se realizará con el fin de evitar cansancio o dolor.	6.	Construccion bilateral Simétrica de cuatro secuencias donde las unidades coreográficas de las cuales se compone la coreografia final se repiten igualmente a derecha como izquierda. es decir, existe Equilibrio Izquierda-derecha. Ello conlleva a un equilibrio biomecánico y/o muscular. Concepto que también hace referencia al uso equilibrado de la pierna guía	Sumatoria. El método más básico es sumar secuencias completas, primero se ejecuta, repite y aprende un paso A, luego un paso B, luego se suma,ejecuta, repite y aprenden ambas, A y B. Se adiciona un paso que se ejecuta, repite y aprende. Para posteriormente sumar A y B. (Charola, 1996). La secuencia final está determinada por la cantidad de pasos y repeticiones que se establezcan para la coreografía.	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN				
		7.		Sumatoria secuencia A+B+C+D		Cambios de frente con particion. Son los cambios de ubicación del usuario frente al espacio de trabajo, realizando cambios en diferentes direcciones, por ejemplo, podría indicarse a los usuarios que realicen los cambios frente a su eje en las cuatro direcciones, principalmente planteadas en orden de la dirección del usuario y la tarima 0 grados, 90 grados, 180 grados y 270 grados, siguiendo la secuencia propuesta.			
3.	Se realizarán pasos básicos primarios y secundarios sin coreografías —marcha, balance, repetidores estáticos, mambos, paso V, paso toco, paso rodilla— integrando movimientos de extremidades superiores de manera progresiva, evitando pausas que interrumpen la fluidez.	8.	Se realizaran cambios de Frente	Cambios de frente	ESTIRAMENTOS				
		9.	Se aplicaraca particion AD	Partición AD. Consiste en realizar bloques hacia adelante y continuamente se regresa en los bloques.	1.	Estiramiento de Tren superior (antero-posterior)			
4.		10.	Se aplicara particion impar- par	Secuencias: 1-2-3-4 Impar 1-3-3-1 Par 2-4-4-2	2.	Estiramiento de Tren inferior (antero-posterior)			
		11.	No se realizara Twist, ni giros de mas de 180º en un compas y En la ultima secuencia aplico juego de brazos		3.				
					4.				
					5.				

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
EXPLICACIÓN BILATERAL DE PASOS BÁSICOS DE LA MARCHA (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180º EN UN COMPÁS, INCLUIR BRAZOS	Mejor capacidad pulmonar: Al ser el aeróbico una actividad de alta o mediana intensidad, con sesiones de larga duración en la que se está en constante movimiento, también se denomina actividad aeróbica de resistencia, al hacer ejercicio de forma continuada durante unos 45 minutos o una hora, esta actividad ayuda a mejorar y trabajar la capacidad y resistencia pulmonar.	Elegir una comida antes del entrenamiento que sea baja en grasa y azúcares, moderada en proteínas y alta en carbohidratos, por ejemplo, un batido de almendras, banano y cualquier fruto rojo. Tomarlo de 60 a 90 minutos antes del entrenamiento	De acuerdo con Wang et al (2002) en el Aerobeat:es importante flexionar las articulaciones de la rodilla y el tobillo para absorber y reducir el impactoen la fase de aterrizaje. En comparación con el levantamiento de rodilla frontal de bajo y alto impacto.	La actividad fisica es vital para la salud mental, ya que favorece la liberación de endorfinas y serotonina, reduciendo los niveles de estrés y ansiedad, mejorando el estado de ánimo y contribuyendo a una mejor autoestima. Estudios recientes evidencian que el ejercicio regular disminuye los síntomas de depresión y ansiedad, y actúa como un factor protector frente al deterioro cognitivo y emocional.
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR				FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada. Revisa nuevamente el uso de tildes y algunas palabras para realizar los ajustes necesarios. Recuerda marcar correctamente el archivo de la siguiente manera: Abreviatura + fecha + nombre del IAF Ejemplo: CR-09-11-2025-VEISON RINCÓN				

LEIDY RINCON

CTO No.:

2460

de 2025

NA

domingo, 16 de noviembre de 2025

PARQUE FONTANAR DEL RIO
CALLE 144c # 141 c

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

HERNÁN JIMÉNEZ

SESIÓN			H. I.	H. F.	FASE INICIAL			FASE CENTRAL				MATERIALES	
CROSS HIIT (CRO)	7:00 a.m.	7:50 a.m.	Movilidad Articular (5-8 min)			HABILIDAD / CAPACIDAD ENTRENABLE (10 - 12 min)				CALENTAMIENTO	Palo de escoba		
			Explicación Calentamiento Específico (8-10 min)			NOMBRE Y DESCRIPCIÓN		CARGA DE TRABAJO					
			Calentamiento básico por tiempo: TYPE SPECIFIC MOBILITY: Se realizarán 3 series de 4 ejercicios de movilidad cada ejercicio de 35" de trabajo por 15" de descanso			HANG POWER SNATCH: Explicación del Hookgrip posteriormente se realiza la posición inicial, después de ejecuta el HIGH PULL o TRIPLE EXTENSION, se continúa con el TURNOVER o metida debajo de la barra, se pasa a la RECEPTION o recepción y se termina en RECOVERY o recuperación.		En cada fase se realizarán 6 repeticiones hasta que el movimiento de desarrolle completamente. 3x15 sin barra y luego 2x5 con barra					
			repeticiones / tiempo"	Ejercicio completo	Regresiones								
			35"	PVC SHOULDER PASS THROUGH	Movimiento gestual o menor rango de movimiento	ENTRENAMIENTO DEL DÍA (15-18 min)	MÉTODO	TIEMPO	RONDAS	FASE CENTRAL	Mancuernas, cajas, barras, discos		
							FOR TIME		13 min			4	
							FT - COMPLEX 10 REPS POWER SNATCH 10 REPS KNEE TO ELBOW 10 REPS BURPEES		PARÁMETROS Y CONDICIONES				
									Se realizara una rutina con método for Time durante 4 rondas con un tiempo limite de 13 minutos. El objetivo es realizarlas en el menor tiempo posible, cada ronda estará compuesta por los 3 ejercicios (power Snatch, knee to elbow, Burpees).				
			35"	SPIDERMAN AND REACH LEFT then SPIDERMAN AND REACH RIGHT	Menor rango de movimiento					FASE FINAL (7 min)			
			35"	RUSSIAN BABY MAKERS	Menor rango de movimiento					1. Estiramiento para hombros			
										2. Estiramientos para lumbares			
										3. Estiramiento para dorsales			
										4. Estiramiento para cuádriceps en isquios			
										5.			
OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL			
FOR TIME 13'			Realizar visitas periódicas al médico general para reconocer su estado de salud física y mental.			Los vegetales verdes proporcionan antioxidantes que ayudan a eliminar radicales libres en el sistema		Mantenga la ergonomía de los movimientos para evitar lesiones articulares, óseas o de tejidos conectivos		La actividad física de alta intensidad te ayuda a controlar el estrés y contribuye al bienestar emocional.			
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR												FIRMA DEL GESTOR	
Buenas noches, Recuerden marcar correctamente el archivo de la siguiente manera: Abreviatura + fecha + nombre del IAF Ejemplo: CRO-16-11-2025-LEIDY CORREA													

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA RECREOVIAS FIN DE SEMANA PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES 																								
PROFESOR PRINCIPAL		SINDY LORENA CUEVAS RINCON			CTO No.:		1984 de 2025		PROFESOR ACOMPAÑANTE		N/A													
FECHA DE REALIZACIÓN:		dd / mm / aaaa domingo, 16 de noviembre de 2025			LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):		PARQUE FONTANAR DEL RIO CALLE 144C #141C		LOCALIDAD:		Loc. 11 Suba		GESTOR ENCARGADO:		HERNAN JIMENEZ									
SESIÓN		H. I. H. F.		FASE INICIAL (10-12 min)			FASE CENTRAL (30 - 35 min)						FASE FINAL (7 min)											
ACTIVIDAD FÍSICA PARA NIÑOS, NIÑAS Y LA FAMILIA (AFNF)		10:45 a.m. 11:15 a.m.		1. Todos los participantes se mueven por el espacio al ritmo de la música y se van ejecutando movimientos articulares.			OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)						12.		Estrimamiento en parejas									
							Juego 1: "La isla se hunde" Se colocan "Islas" (aros, cartones, colchonetas pequeñas). 5. Todos caminan o bailan por el espacio, pero cuando se da una señal ("¡La isla se hunde!"), deben correr y subirse juntos a una "isla" sin que nadie toque el suelo. Se van quitando islas poco a poco para aumentar el reto y la cooperación.						VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)						13.		Masaje en cadena En círculo, uno detrás de otro, se hacen suaves masajes en hombros y espalda. - Luego se invierte la dirección.			
																					PROGRESION: Correr por el espacio.			
							Espejito, espejito" Por parejas o en familia, uno hace movimientos lentos (balanceos, estiramientos, giros suaves) y el otro lo imita como si fuera su reflejo. Se cambia el líder cada minuto. Variación: hacerlo sobre un solo pie o con los ojos semicerrados para retar el equilibrio.			6. MAMA- HIJO Quien sea nombrado sale a atrapar mientras el otro no debe dejarse.												DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN		
										7. El profesor enseña 5 movimientos de equilibrio que todos deben aprender y recordar. Luego irá diciendo números (del 1 al 5), y los participantes deben mantener o ejecutar el movimiento correspondiente.						1. "Avioncito" – De pie, un pie en el suelo y el otro extendido atrás, brazos abiertos. 2. "Flamenco" – De pie, una pierna flexionada con el talón apoyado en la rodilla contraria, manos en la cintura. 3. "Salto de rana" – Cucullas, manos en el suelo, mantener equilibrio sin caer. 4. "Estrella" – Piernas abiertas, brazos extendidos, mantenerse firme (base estable). 5. "Círculo de viento" – Sobre un pie, el otro extendido al frente; girar lentamente los brazos como si movieran aire.						RETO DE HABILIDADES EN PAREJA		
							3. Caminar en talones Caminar en puntas de pies			8.														
										4.			9.											
							10.												1. Estrimamiento de media pinza con pareja					
							11.												2. Estrimamiento de cuádriceps de pie apoyado					
																			3. Estrimamiento de aductores					
												4. Estrimamiento triangulo extendido - piramide												
												5. Estrimamiento angulo invertido												
OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL													
(ACTIVIDADES QUE TRABAJEN EL EQUILIBRIO Y LA PROPIOCEPCIÓN)		Favorece la salud neuromuscular al activar los sistemas sensoriales (visual, vestibular y propioceptivo) que regulan la estabilidad corporal. Mejora la circulación y oxigenación general, lo que ayuda a prevenir enfermedades metabólicas y cardiovasculares.			Una buena alimentación mejora la función muscular y nerviosa, esenciales para mantener el equilibrio. Consumir alimentos ricos en magnesio, potasio, calcio y vitamina D favorece la contracción muscular y la densidad ósea.			Mejora la propiocepción articular, favoreciendo la estabilidad en tobillos, rodillas y caderas. Ayuda a prevenir lesiones al fortalecer músculos estabilizadores y mejorar la alineación corporal.			Favorece la atención plena (mindfulness), al requerir concentración y conexión cuerpo-mente durante los movimientos. Reduce los niveles de estrés y ansiedad, ya que el equilibrio estimula el sistema vestibular y promueve la relajación.													
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR												FIRMA DEL GESTOR												
Formato: El formato cumple con la información solicitada, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunas palabras para ajustar. Planeación: Sesión esta acorde a la temática propuesta para esta sesión y fecha.																								

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

JOHN FREDY PUIN ROZO

CTO No.:

1385

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE

OSWALDO ORJUELA RUIZ

FECHA DE REALIZACIÓN:

dd / mm / aaaa

domingo, 16 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):

PARQUE FONTANAR DEL RIO

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:

HERNAN JIMENEZ

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)		FASE FINAL (7 min)				
DANZA FIT (DAF)	8:55 a.m.	9:45 a.m.	1.	(RF)GÉNERO POLKA NOMBRE Bohemian Wood Polka - Polish Radio Polka Band MÉTODO A TRABAJAR SUMATORIA	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	POLKA CHOCOANA Polka Bien La Contundencia		
					5.	European Polka - Matthew Moore	Sumatoria	13	POLKA EUROPEA Swedish Polka The Studio Group		
			2.	(RF)GÉNERO POLKA NOMBRE Bohemian National Polka in Ufa, Russia - Richard Powers MÉTODO A TRABAJAR CADENA	6.	Polka Chocoana - Tangui Chirimia	Sumatoria	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN			
					7.	Polka - SOMOS CHOCO	Sumatoria				
			3.		8.	Polka chocoana - La Chirimia	SUMATORIA PROGRESIONES	En la canción # 10 se realizará una coreografía en PAREJAS, desafiando la expresión corporal, la coordinación, lateralidad y memoria.			
					9.	La Polka Chocoana - fundanzartecali	SUMATORIA PROGRESIONES				
			4.		10.	La Polka Chocoana - fundanzartecali	SUMATORIA PROGRESIONES - PAREJAS				ESTIRAMENTOS
					11.						
								1.	Brazos entrelazando los dedos hacia arriba y frente		
								2.	Pecho llevandolo al frente y espalda llevandola atrás		
								3.	Piernas alternas al frente estirandolas		
					4.						
					5.						

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
DANZAS TARDICIONALES	Distribuya la actividad a lo largo de la semana y varíe el tipo de actividades que realiza.	Elegir una comida antes del entrenamiento que sea baja en grasa y azúcares, moderada en proteínas y alta en carbohidratos, por ejemplo, un batido de almendras, banano y cualquier fruto rojo. Tomarlo de 60 a 90 minutos antes del entrenamiento.	Debido al suelo en el cual realizamos la actividad se sugiere, asistir con un calzado deportivo de suela gruesa y semi dura, para disminuir el impacto articular durante la sesión	Promueva una actitud de superación constante con los avances identificados en los usuarios, esto fomenta la sensación de éxito.
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR				FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunas palabras para ajustar. Importante corregir las observaciones del SIM: DANZAS TARDICIONALES Planeación: Sesión cuante con sus 3 fases ben detalladas y esta acorde a la temática propuesta para esta sesión y fecha.				

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREEVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

WILLFRANK GONZALEZ DURAN

CTO No.:

2174

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE

NA

FECHA DE REALIZACIÓN:

de / mm / aaaa

lunes, 17 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):

Cefe cometas

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:

HERNÁN JIMENEZ

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)		
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	8:00 a.m.	8:50 a.m.	1.	Activar el cuerpo preparar sistema cardiovascular intensidad 50 a 60 % FC max	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	Recuperacion y repajacion muscular de 50 - 60 % FC maximo	
					5.	Bloque 1 resistencia (10 minutos) aumentar fuerza y control 60 a 70 %FC maximo subidas largas simuladas aumnetar resistencia cada 2 min.	10 minutos	13		
			2.	Pedaleo suave cadencia alta (80-90 rpm) con 2 pequeños picos de esfuerzo de 30 seg	6.	Bloque 2 intervalos: mejorar potencia y recueperacion 75 -85 FC maximo 12 minutos 6 series de 40 seg en sprin mas 20 seg suave (alternadas entre sentado y de pie)	12 minutos	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN		
					7.	Bloque 3 montaña final escalada : 10 minutos desafiar la resistencia mental y fisica 80 - 90 % FC maximo aumenta la resistencia cada 2 min hasta el maximo sostenible ultimo minuto todo de pie	10 minutos	Mejorar las sincronizacion entre pedaleo y ritmo musical		
			8.							
			3.							
				9.			ESTIRAMENTOS			
			4.			10.			1.	Céfalo caudal
						11.			2.	estiramientos de cabeza
									3.	torso, hombros y brazos
						4.	Abs zona lumbar baja			
						5.	piernas			

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
N/A	La actividad fisica ayuda a mitigar los síntomas de abstinencia, como la ansiedad, la irritabilidad y los deseos de fumar, y también puede ayudar a controlar el aumento de peso que puede ocurrir al dejar de fumar.	Realizar una alimentación baja en carbohidratos subir en proteínas, evitar el consumo de grasas saturadas.	Se recomienda llevar la bicicleta a la medida correcta, para evitar malas posturas y rebotes.	Según la OMS se recomienda como mínimo realizar 150 minutos de actividad fisica a la semana .
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR				FIRMA DEL GESTOR
Nota vital. Recuerda que la fecha correcta es lunes 17 de noviembre de 2025. El formato está bien diligenciado, solo debes mantener todo el texto en color negro. En el campo de acompañante, no aplica. La propuesta metodológica está acorde				

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREEVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

BRAYAN HERNANDEZ

CTO No.:

2158

de 2025

PROFESOR
ACOMPANANTE

FECHA DE
REALIZACIÓN:

domingo, 23 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O
PUNTO
(Dirección):

PARQUE FONTANAR DEL RIO Calle 146 #138a-99,
Bogotá

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR
ENCARGADO:

HERNAN JIMÉNEZ MANTÉN

ACTIVIDAD FISICA PARA NIÑOS, NINAS Y LA FAMILIA (AFNF)	SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)			
		10:45 a.m.	11:15 a.m.	1.	Se dibujan rombos en el espacio de la actividad con una tiza. Posteriormente al inicio de la clase se coloca una pista de aerobicos de 135 bpm.	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)		12.	Realiza ejercicios de recuperacion y respiracion, para regular frecuencia parque.	
						5.	Se combinan las instrucciones previamente dadas, izquierda mirada derecha, delante mirada delante y asi se va combinando.		13			
						2.	Mientras se hace la explicacion inicial se hacen marchas, se da las siguientes indicaciones. Abre la pierna izquierda e iguala con la derecha, quedando en la punta izquierda del rombo, luego abre la derecha y iguala la izquierda que dando en la punta delantera del rombo, luego abre la derecha y iguala la izquierda que dando en la punta derecha del rombo, abre la pierna izquierda e iguala con la derecha, quedando en la punta inicial del rombo.	6.	Para la segunda parte de la actividad se realizan los ejercicios de ubicación previamente mostrados pero de manera unipodal.		DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN	
						3.	Se indica que las puntas del rombo son las cuatro direcciones punta izquierda, delante, derecha y atrás. Luego instruimos al grupo, si le decimos derecha debe ubicarse en la punta derecha y asi susesivamente.	7.	utilizando l abotella de hidratacion se realizan ejercicios unipodales donde se recoje el elemento.		para el ejercicio de coordinacion debe transportarse por el espacio, sin tocar el suelo.	
4.	Se enseña la mirada mientras continua en las marchas, se ubica y se dice que la mirada esta adelante, luego se le dice que mire a la izquierda, el usuario realiza un cuarto de giro orientando su mirada a la izquierda, del mismo modo hacia atrás hacia la derecha ETC.	8.	Como ejercicio recreativo debe relizar ejercicios de lanzamiento en pareja.		ESTIRAMENTOS							
		9.	se diseña un esquemadonde en el suelo se colocan cuerdas y aros de una manera que debe intentar no tocar el suelo.		1.	Estiramiento de Hombro cruzado						
					2.	Estiramiento de cuadriceps de pie						
		10.	por ultimo debe intentar moverse en el espacio con elemento en el cuerpo sin que este se caiga		3.	Estiramiento de espalda brazos al frente						
		11.	Tercer ejemplo Atrás, mirada izquierda, centro		4.	Estiramiento de media pinza de pie						
					5.							
OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL				
Realice los movimientos dentro de sus capacidades, observe la ejecucion de los ejercicios, y evite malas posturas por su seguridad.		Consulte a su medico antes de iniciar un proceso de entrenamiento, en especial si este es vigoroso.		Despues de una actividad fisica estimulante, ingiera un carbohidrato y una proteina, opciones como el huevo y la avena en ojuelas son saludables y saciantes, evite añadir azucares en exeso.		Despues de los entrenamientos realiza estiramientos concientes, buscando relajar y aumentar los rangos de moviilidad.		Valore los avances, tomese el tiempo de mejorar y y recuerde interactuar con las personas que asisten a la las actividades.				
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR									FIRMA DEL GESTOR			
Formato: El formato cumple con la información solicitada, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunas palabras para ajustar- Planeación: Se evidencia una sesión interesante y se enfoca en los niños y niñas que es la intención de ahora en ¿delante de esta planeación.												

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL	BRAYAN HERNANDEZ		CTO No.:	2158	de 2025	PROFESOR ACOMPAÑANTE	FERNANDA ALDANA		
FECHA DE REALIZACIÓN:	dd / mm / aaaa lunes, 17 de noviembre de 2025		LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):	PARQUE FONTANAR DEL RIO Calle 146 #138a-99, Bogotá		LOCALIDAD:	Loc. 11 Suba	GESTOR ENCARGADO:	HERNAN JIMÉNEZ MANTÉN

SESIÓN		H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)		FASE FINAL (7 min)	
COMBAT TRAINING (COT)	8:55 a.m.	9:45 a.m.	1.	Movimiento Articular Se arranca con balanceo lalo a lado coloca ambas manos al frente sin empuñar. Luego lleva hombros al frente y atrás después agrega rotación de hombros adelante.	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	Realiza ejercicios de recuperacion y respiracion, para regular frecuencia parque.
					5.	Movimientos basicos de ataque tren inferior. Pista Combat de 150 a 155bpm.	MÉTODO Progresion lineal, sumatoria y reduccion.	13	
			2.	Eleva los brazos de uno a uno, luego hace un avance. Flexiona y extiende los codos el puesto luego le agrega lado a el tronco rotando. Combina ambos movimientos. Extiende los brazos el frente y en diagonal de manera simultánea.	6.	Realiza un balanceo con guardia media, y se enseña la ejecución del recto, y del gancho.	Por ultimo se hace combinación dos jap con la mano que esta adelante, un gancho y un .uper luego pulsa, se repite varias veces y se cambia de guardia.	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN	
					7.	desde la guardia media inicia haciendo una patada frontal a baja velocidad y al volver al centro hace una ligera flexion de rodilla y luego cambia de pierna.	Luego se agrega rodilla a la combinación la rodilla con la pierna de adelante, después de la rodilla se vuelve a guardia media y se hace la tijera con patada.	Se ubican en enfrentados y se realiza la coreografia completa primero con ayuda del docente luego individual, y se felicita al grupo que lo ejecute mejor.	
			3.	Luego hace rodillas y las manos van de arriba hacia la diagonal de la resta iliaca. Cuando ya lo tiene hace doble rodilla.	8.	Mantiene la guardia media y envía una pierna atrás flexionando ligeramente la de adelante, con los brazos en guardia, esta es la opción 1 si no tienes dolores de rodilla realiza una flexión completa	se repite toda la combinacion con un pequeño pulse despues de la tijera con patada para el cambio de lateralidad.		
					9.	Se combina ambos movimientos, envía pierna atrás y hace tijera (si no sufre molestias) y con la pierna que esta atrás hace una patada frontal y vuelve al centro en guardia media.		ESTIRAMENTOS	
			4.	Luego se hace balanceo y guardia con puño cerrado, se extienden brazos al frete como si fuera un jap, luego se hacen dobles, se enseña el pulse pero si sufre se las rodillas se queda en el balanceo. Se combina todo doble rodilla con pulse luego doble jap y pulse.	10.	Se enseña la guardia lateral, y desde esa guardia se enseña la rodilla haciéndola con la pierna que esta adelante y luego hacia la cresta hiliaca envía la mano, hace el cambio de lateralidad y repite el		1.	Estiramiento de Hombro cruzado
					11.	Luego desde la guardia lateral se retroalimentan los golpes vistos al principio, el jap, el gancho y se adiciona el cross, primero lento y luego mas rápido.		2.	Estiramiento de cuádriceps de pie
								3.	Estiramiento de espalda brazos al frente
								4.	Estiramiento de media pinza de pie
					5.				

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
Realice los movimientos dentro de sus capacidades, observe la ejecucion de los ejercicios, y evite malas posturas por su seguridad.	Consulte a su medico antes de iniciar un proceso de entrenamiento, en especial si este es vigoroso.	Despues de una actividad fisica estimulante, ingiera un carbohidrato y una proteina, opciones como el huevo y la avena en ojuelas son saludables y saciantes, evite añadir azucares en exeso.	Despues de los entrenamientos realiza estiramientos concientes, buscando relajar y aumentar los rangos de movilidad.	Valore los avances, tomese el tiempo de mejorar y y recuerde interactuar con las personas que asisten a la las actividades.

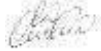
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR	FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunas palabras para ajustar. Planeación: Sesión cuante con sus 3 fases ben detalladas y esta acorde a la temática propuesta para esta sesión y fecha.	

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA RECREOÍAS FIN DE SEMANA PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES										
PROFESOR PRINCIPAL		SINDY LORENA CUEVAS RINCÓN			CTO No.:	1984	de 2025	PROFESOR ACOMPAÑANTE	PABLO CESAR GARCIA RINCÓN	
FECHA DE REALIZACIÓN:		dd / mm / aaaa		LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):	PARQUE FONTANAR DEL RIO CALLE 144C #141C		LOCALIDAD:	Loc. 11 Suba	GESTOR ENCARGADO:	HERNAN JIMENEZ
SESIÓN		H. L.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)	
AEROBEAT (AER)		12:10 p.m.	1:05 p.m.	1.	ELEVAR PUNTAS DE PIE AL BEAT - MOVILIDAD DE BRAZOS (Al frente, arriba, separo y extendiendo-pecho, unilaterales)	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	Estiramiento preventivo enfocado tren inferior
				5.	BASE BIL: Camina eleva en el 4 voy atrás y 2 mambos. Modificación 1: TRASPIE eleva pierna al lado y dos mambos Modificación 2: TRASPIE eleva pierna al lado mambo adelnate - mambo atras. Modificación 3: TRASPIE doble amago, deslíz, mambo. Modificación 4: Modificación 3: TRASPIE doble amago, deslíz, tres puntas (con la que realiza el deslíz) y eleva.	Modificación 1: TRASPIE eleva pierna al lado y dos mambos Modificación 2: TRASPIE eleva pierna al lado mambo adelnate - mambo atras. Modificación 3: TRASPIE eleva pierna cruzada - mambo atrás.	13			
				6.	BASE BIL: Camina eleva en el 4 y atrás y 2 mambos. Modificación 1: tap-tap, eleva en el 3 y 2 mambos Modificación 2: tap-tap, eleva en el 3, traspie y sincopado Modificación 3: tap-tap, eleva en el 3, traspie y undermambo	BASE BIL: Camina eleva en el 4 y atrás y 2 mambos. Modificación 1: tap-tap, camina eleva y dos mambos Modificación 2: tap-tap, camina tap, bailalo y 1 mambo Modificación 3: tap-tap, camina eleva, gira bailalo y 1 mambo	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN			
				7.	BASE BIL: Desplazo y 3 mambos Modificación 1: Chacha atrás y 3 mambos Modificación 2: Chacha atrás, toco toco eleva y 2 mambos Modificación 3: Chacha atrás, toco toco eleva, STOP, sincopado	BASE BIL: Desplazo y 3 mambos Modificación 1: Chacha atrás y 3 mambos Modificación 2: Chacha atrás, Ondulo y 2 mambos-pecho Modificación 3: Chacha atrás, Ondulo y gira los mambos				
				8.	BASE BIL: Camina eleva en el 4 voy atrás y 2 mambos. Modificación 1: STOP eleva pierna al lado y dos mambos Modificación 2: STOP eleva pierna al lado, mambo atrás, piso tap y dos mambos Modificación 3: STOP eleva pierna al lado, mambo atrás, piso tap y traspie hacia atras-cambio de frente	BASE BIL: Camina eleva en el 4 voy atrás y 2 mambos. Modificación 1: STOP eleva pierna al lado y dos mambos Modificación 2: STOP eleva pierna al lado y 3 puntas cruzo y un mambo Modificación 3: STOP eleva pierna al lado y 3 puntas cruzo y un mambo + palmas.				
				9.			ESTIRAMENTOS			
				10.			1.	Estiramiento de Hombro cruzado		
				11.			2.	Estiramiento de cuádriceps de pie		
				3.	Pasos en V, Mambos, enseño paso transferencia (piso y eleva)		3.	Estiramiento de espalda brazos al frente		
				4.			4.	Estiramiento triangulo extendido - piramide		
			5.	Estiramiento angulo invertido						
OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL		
(EXPLICACIÓN BILATERAL CON INCLUSIÓN DE BRAZOS (NO REALIZAR TWIST, NI GIROS DE MÁS DE 180° EN UN COMPÁS)		El Aerobeat fortalece tu sistema cardiovascular, mejora la oxigenación y mantiene una presión arterial saludable.		Hidratarte bien y consumir alimentos ricos en vitaminas del complejo B favorece la producción de energía durante la clase.		La combinación de pasos rítmicos y desplazamientos mejora la coordinación, el equilibrio y la movilidad articular.		Moverte al ritmo del beat reduce la tensión mental, estimula la memoria y promueve una sensación de bienestar general.		
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR									FIRMA DEL GESTOR	
Formato: El formato cumple con la información solicitada. Planeación: La planeación cumple con las fases de calentamiento, parte central y vuelta a la calma. Recuerda que la sesión se debe realizar el estiramiento. SE recomienda especificar los ejercicios del calentamiento, la fase central es mas especifica y la fase final esta acorde. La planeación cumple con las temáticas y observaciones dela sesión.										

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL	JENNIFER LEMUS GONZALEZ	CTO No.:	1954	de 2025	PROFESOR ACOMPAÑANTE	OSWALDO ORJUELA	
FECHA DE REALIZACIÓN:	dd / mm / aaaa domingo, 23 de noviembre de 2025	LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):	PARQUE FONTANAR	LOCALIDAD:	Loc. 11 Suba	GESTOR ENCARGADO:	HERNAN JIMENEZ

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)		FASE FINAL (7 min)	
AEROBEAT (AER)	12:10 p.m.	1:05 p.m.	1.	PROTOKOLO IDR GÉNERO PISTA CONTINUA AEROBEAT NOMBRE CANCIÓN Y ARTISTA Crossover aerobeat 2 - pista continua 155BPM MÉTODO A TRABAJAR Elevacion de temperatura corporal, movimientos coordinativos - Piernas y brazos	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)	VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	Synth - pop - Safe and sound - Capital Cites
					5.	Secuencia No. 1 - Grupo 2 Base - Piso elevó 3 mambos Circulo, 2 cambio de peso, tras pie salsa, mambo	13	
			2.		6.	Secuencia No. 2 - Grupo 2 Base - 2 Paso en V y 4 puntas al lado (ultima doble) Medio onderwrong, cintura, pendulo punta punta	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN	
					7.	Secuencia No. 3 - Grupo 2 Base - Camino elevó y 2 mambos Paso de golosa separo elevó, punta tap y mambo sincopado		
			3.		8.	Secuencia No. 4 - Grupo 2 Base - Desplazo 3 mambos Cha cha, mambo, mambo adelante mambo atrás cambio de frente	Durante la sesión se llevarán a cabo diferentes desafíos coordinativos, sin embargo, el trabajo mas exigente sera durante la fase central, estos consisten en hacer un juego de secuencias, cambiando el orden de las mismas	
					9.	Partición No. 1 - Secuencias AD Particion No. 2 - Eliminación 1-2-3-4-4-3-2-1 Ejem (1-2-3-3-2-1) - (1-2-4-4-2-1) - (1-3-4-4-3-1)		
			4.		10.			
					11.			
							ESTIRAMIENTOS	
							1.	Estiramiento de isquiotibiales y miembros posteriores
							2.	Estiramientos de cuádriceps, talón a glúteo

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
No realizar giros de mas de 180° en menos o en un compás, no realizar twist ni movimientos de pivot	Realizar actividades aerobicas favorecen en la prevencion de enfermedades cardiovasculares, asi mismo mejoran la circulacion, y regulan los niveles e colesterol y trigliceridos.	Consume grasas saludables como aceite de oliva, frutos secos, aguacate, pescados como trucha o el salmón. Por el contrario, evita las grasas de origen animal (tocineta, chicharrón, cortes de carne altos en grasa, manteca, mantequilla, entre otros) y las frituras.	Las sesiones de aerobicos son una excelente opcion para la rehabilitacion cardiopulmonar, ya que aumentan la capacidad funcional y la tolerancia al esfuerzo.	El ejercicio aerobico , estumulan la liberacion de endorfinas, reducen la ansiedad y mejoran el estado de animo.
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR				FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunas palabras para ajustar- Planeación: Se evidencia una sesión interesante y enfocada a la población, que es la intención de ahora en adelante en este tipo de planeaciones. La estructura cumple con las fases de calentamiento, parte central y vuelta a la calma. La propuesta es coherente con la población objetivo y permite un buen desarrollo de las habilidades motrices y recreativas. Recuerda no realizar giros, twist y pivot				

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

CESAR IVAN CUERVO CORREDOR

CTO No.:

3024

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE

NA

FECHA DE REALIZACIÓN:

dd / mm / aaaa

domingo, 23 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):

CENTRO DE FELICIDAD COMETAS
AV. SUBA RINCON DIAGONAL 127#81-26

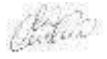
LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:

HERNAN JIMENEZ

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)				
CICLO REC (CR)	8:00 a.m.	10:40 a.m.	1.	(PISTA LARGA DE 50 MINUTOS DE 120 A 150 BPM)	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	BAJA RESISTENCIA, BAJOS BPM PARA RECUPERAR			
					5.	SENTADO 120 BPM BRAZOS	COREOGRAFÍA DE 8 MIN	RESITENCIA BAJA- SIMULANDO RECORRIDO EN PLANO	13	ESTIRAMIENTOS DINAMICIMOS SOBRE LA BICI		
			2.	MOVIMIENTOS ARTICULARES DE BRAZOS Y CUELLO SOBRE LA BICI CON PEDALEOS LIGEROS SIN RESISTENCIA	6.	DE PIE 120 BPM AUMENTO DE LA INTENSIDAD 2 MIN		RESISTENCIA MEDIA SIMULANDO COLINA FACIL		DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN		
					7.	SENTADO 120 BPM COLINA SUAVE SENTADO 2 MIN		RESISTENCIA BAJA MAYOR VELOCIDAD DEL PEDALEO		COREOGRAGIA DE BRAZOS PARA INICIAR Y SE REPITE EN LA VUELTA A LA CALMA		
			3.	TRABAJO DE COORDINACION VUSO- PEDICA	8.	1*4' SENTADO Y DE PIE 120 BPM JUGANDO CON LA REISTENCIA MEDIA Y MEDIA ALTA 4MIN		RESISTENCIA MEDIA, MEDIA ALTA VELOCIDAD DEL PEDALEO ESTANDO DE PIE, RECUPERACION SENTADOS				
					9.	SENTADO Y DE PIE 120- 130 BPM 6MIN X2		INICIAMOS SENTADOS CON BAJA RESISTENCIA Y LOS BOM SE MANTIENEN MINUTO TRAS MINUTO SUBIREMOS RESISTENCIA UNICAMENTE BAJAREMOS BPM Y NOS PONDREMOS DE PIE , EL ULTIMO MINUTO SE REGRESA A		ESTIRAMENTOS		
			4.						1.	Estiramiento de Hombro cruzado		
					10.	DE PIE 120 BPM SUNIDA DE COLINA		CADA 30 SEGUNDOS AUMENTO DE LA RESISTENCIA CON LA MISMA CADENCIA DE PEDALEO		2.	Estiramiento de cuadriceps de pie	
									3.	Estiramiento de espalda brazos al frente		
					11.				4.	Estiramiento de media pinza de pie		
									5.			

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
NA	Distribuya la actividad a lo largo de la semana y varíe el tipo de actividades que realiza.	Elegir una comida antes del entrenamiento que sea baja en grasa y azúcares, moderada en proteínas y alta en carbohidratos, por ejemplo, un batido de almendras, banano y cualquier fruto rojo. Tomarlo de 60 a 90 minutos antes del entrenamiento.	Debido al suelo en el cual realizamos la actividad se sugiere, asistir con un calzado deportivo de suela gruesa y semi dura, para disminuir el impacto articular durante la sesión	Promueva una actitud de superación constante con los avances identificados en los usuarios, esto fomenta la sensación de éxito.
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR				FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunas palabras para ajustar- Planeación: La planeación cumple con las fases de calentamiento, parte central y vuelta a la calma. SE recomienda especificar los ejercicios del calentamiento. Me parece importante la carga de intensidad compartida en las fases, es una buena planeación, será una muy buena sesión.				

María Paula Espinosa Mora

CTO No.:

1901

de 2025

NA

domingo, 23 de noviembre de 2025

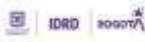
Cl. 144c #141 C, Suba, Bogotá

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

Hernan Vargas

SESIÓN			H. I.	H. F.	FASE INICIAL			FASE CENTRAL					MATERIALES	
CROSS HIIT (CRO)	7:00 a.m.	8:50 a.m.	Movilidad Articular (5-8 min)			HABILIDAD / CAPACIDAD ENTRENABLE (10 - 12 min)					CALENTAMIENTO	Colchonetas yDoubmbells.		
			Explicación Calentamiento Especifico (8-10 min)			NOMBRE Y DESCRIPCIÓN		CARGA DE TRABAJO						
			Se realizarán 3 rondas de cada ejercicio.. Se trabajará un For time de 8min			Single Arm Kettlebell Clean From Floor Vamos a iniciar con la kettlebell en el piso, alineada entre nuestros pies. Con una bisagra de cadera, tomamos la kettlebell con una mano manteniendo la espalda recta, el abdomen firme y el peso distribuido en toda la planta del pie. Desde ahí, generamos impulso desde la cadera llevando la kettlebell hacia arriba en una trayectoria cercana al cuerpo, evitando que haga un golpe brusco en el antebrazo. En la parte final del movimiento realizamos el turnover, recibiendo la kettlebell suavemente en posición de rack (codo pegado al torso, muñeca neutra). Bajamos con control para volver al piso y repetir.Se trabajará por estaciones con distintas cargas, acomodando la intensidad según el nivel: una estación con kettlebell liviana, otra con peso medio y otra con peso un poco más retador para quienes ya dominan el movimiento		Por estaciones. Realizaremos 5 rondas, cada una con 30 segundos de trabajo seguidos de 30 segundos de descanso, alternando brazo derecho e izquierdo según necesidad.						
			repeticiones / tiempo"	Ejercicio completo	Regresiones	ENTRENAMIENTO DEL DÍA (15-18 min)	MÉTODO	TIEMPO	RONDAS	FASE CENTRAL	Balón medicinal de 10 y 14 libras Kettetbells de 4-8-12-16-24 kilos Doubmbbel , Barras y Colchonetas			
			20	Hip Hinge con KB	bisagra sin peso con palito		INTERVALOS		20 minutos			1		
			10	Kettlebell Drag (arrastre de KB en cuadrupedia)	menor distancia, menor peso		SINGLE ARM KETTETBELL CLEAN FROM FLOOR MED BALL PUSH PRESS 10 MTS SHUTTLE SPRINT HIGH PLANT TO LOW PLANK// REGRESIONES: POCO PESO, MENOR DISTANCIA EN LOS 10MTS		PARÁMETROS Y CONDICIONES					
			30"	Farmer Carry unilateral (caminar con KB a un lado)	menor distancia, menor peso				Trabaja en formato circuito continuo con técnica controlada. Mantén un tempo estable sin sacrificar postura, activando core en todos los cambios. En el KB single arm clean, usa peso que permita una trayectoria limpia sin sobrecargar hombro; en el med ball push press, impulsa desde piernas evitando hiperextender la espalda; en el shuttle sprint, mantén braceo eficiente y distancia adaptable según nivel; en el high to low plank, cuida alineación de cadera. Regresiones: reducir peso, bajar velocidad y acortar los 10 m para mantener calidad y seguridad.					
			OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL	
No realizar giros de mas de 180° en menos o en un compás, no realizar twist ni movimientos de pivot			Realice controles médicos periódicos, especialmente si presenta antecedentes de lesiones o condiciones crónicas, para asegurar que el entrenamiento sea seguro y adaptado a sus necesidades.			espués del entrenamiento es ideal consumir una comida rica en proteínas y carbohidratos de fácil absorción, como proteína o yogur griego con avena y frutas, para favorecer la recuperación muscular y reponer los depósitos de energía.		urante la actividad se sugiere realizar una entrada en calor articular progresiva, enfocándose en hombros, cadera y rodillas, con el fin de preparar el cuerpo, mejorar la movilidad y prevenir posibles molestias o lesiones durante los ejercicios de fuerza.		Durante esta sesión fomente en los usuarios la disciplina y la paciencia, recordándoles que cada repetición cuenta y que el progreso se construye paso a paso; esto refuerza la confianza en sí mismos y fortalece tanto su resistencia física como su bienestar mental.				
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR											FIRMA DEL GESTOR			
Buenas tardes, Formato: Encabezado todo en mayúscula y el manejo de tildes y la ortografía Recuerden marcar correctamente el archivo de la siguiente manera: Abreviatura + fecha + nombre del IAF														



PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA

RECREOVÍAS FIN DE SEMANA

PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES



PROFESOR PRINCIPAL

TATIANA RAMÍREZ

CTO No.:

2124

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE

Lorena cuevas

FECHA DE REALIZACIÓN:

domingo, 23 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:

HERNAN JIMÉNEZ

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)	FASE CENTRAL (30 - 35 min)		FASE FINAL (7 min)		
DANZA FIT (DAF)	8:55 a.m.	9:45 a.m.	1.	Se realizara explicación verbal de la metodología que se llevara acabo en la sesión, de indicaran comandos visuales generales, y señas especificas para la interpretación de los comandos.	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)	12.	Se realizara estiramientos generales de las 4 extremidades y centro de gravedad	
			2.	Como fase de movilidad y calentamiento inicial, se realizarán: balanceos, elevación y movilidad céfalo-caudal al ritmo de afro beat, con pista de 15 minutos aproximadamente.	5.		13.	Dont Rush- YOUNG T & BUGSEY
			3.	Durante el mismo calentamiento se realizarán pasos básicos que se usarán durante la coreografía como; talones alternos, desplazamientos frontales y laterales, movimientos de tronco y cadera.	6.		DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN	
			4.	Daremos inicio a explicación de coreografía	7.		indicación de salida en metrica musical, Y coreografía final por diferente frente.	
			8.					
			9.					
			10.					
			11.					
					Marcación en sitio (8 tiempos) Paso básico de bambuco con desplazamiento mínimo hacia adelante. Marca en espejo hacia atrás. Cruce diagonal (8 tiempos) avanza en diagonal derecha. B avanza en diagonal izquierda. Se cruzan por el centro sin tocarse. En el cruce: giro corto (medio giro) mostrando el pañuelo. C: Regreso a posiciones (8 tiempos) Retroceso suave manteniendo mirada en la pareja. Marcación de flor (círculo pequeño con los pies). D: Giro individual (8 tiempos) Media vuelta hacia afuera → regreso a la pareja. Movimientos vivos de pañuelo. COREOGRAFIA FINAL: A: Semicirculo opuesto (8 tiempos) Se separan en curva, pañuelo arriba. B: Acercamiento (8 tiempos) Caminan hacia el centro, marcando 2 pasos por tiempo. C: Giro de pareja (8 tiempos) Tomados de manos (opcional)			
					ESTIRAMENTOS			
					1.		cruce de piernas y toque de pies	
		2.		cruce de piernas y elongacion hacia los laterales				
		3.		estiramiento frontal de brazos				
		4.		flexion de rodillas y extension de la misma				
		5.						

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
No realizar giros de mas de 180º en menos o en un compás, no realizar twist ni movimientos de pivot	el trabajo de coordinación a travez de danza fit estimulas la coordinación y memoria motriz mejorando la resistencia cardiovascular	recuerde ingerir 3-5 porciones entre fruta y verdura para mantener una ingesta saludable y que le proporcione la energía suficiente para las actividades diarias.	Este tipo de actividades, estimulan la memoria y coordinación motriz, lo cual fortalece sus extremidades para diferentes desafios coordinativos del diario vivir.	El realizar actividad fisica, estimula la segregación de las hormonas de la felicidad (dopamina, oxitocina, endorfinas y serotonina) lo cual disminuye riesgos de sufrir de depresion y ansiedad.
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR				FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada. Revisa nuevamente el uso de las tildes y ajusta algunas palabras para mejorar la redacción. recuerda marcar bien el archivo de la siguiente manera: abreviatura + fecha + nombre del IAF (AFNF-09-11-2025-MARIA ALDANA) Planeación: La planeación cumple con las fases de calentamiento, parte central y vuelta a la calma. SE recomienda especificar los ejercicios del calentamiento, la fase central es mas especifica y la fase final esta acorde. La planeación cumple con las temáticas y observaciones dela sesión.				

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

MARIA FERNANDA ALDANA HERRERA

CTO No.:

3191

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE

BRAYAN JAVIER HERNANDEZ VARGAS

FECHA DE REALIZACIÓN:

dd / mm / aaaa

lunes, 17 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):

PARQUE FONTANAR DEL RIO
Dg 147 # 141 A - 42

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:

HERNAN JIMENEZ

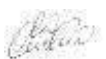
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)	SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)					
	8:00 a.m.	8:50 a.m.	1.	•Movilidad articular: Se realizarán ejercicios de flexión, extensión y circunducción. En forma pedagógica se irá de de forma cefalocaudal	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	Durante esta fase hay disminución progresiva de la intensidad de la actividad física, a través de movimientos suaves buscando reducir la frecuencia cardíaca y permitir que los músculos vuelvan a su estado normal. Se tiene en cuenta el estiramiento general global y sostenido con duración por cada ejercicio de 10 a 30 segundos, haciendo mayor énfasis en los grupos musculares que más se trabajaron durante la clase.					
					2.	•Activación: Se busca estimular y generar respuestas a nivel muscular, respiratorio, cardiovascular, endócrino y óseo, aumentando la temperatura, y generando una respuesta metabólica, que preparará el cuerpo para lo que se realizará en la fase central	5.	Sentadilla 90° + press de hombros 4 x 15 repeticiones	Sentadilla 45° o menor rango de movimiento + brazos al frente, a la altura del hombro	13	Retroalimentación: Se repasa el cumplimiento del objetivo de la sesión, el qué se trabajó, y se nombran los aspectos por mejorar. Este ejercicio se realiza de forma grupal y asertiva permitiendo que los usuarios hagan también una retroalimentación de su aprendizaje. Adicional a esto, se recuerda el horario, la entidad y el nombre de la profesional.			
												3.	•Estiramiento preventivo: Se realizarán estiramientos dinámicos de corta duración, buscando que los tendones y músculos se preparen para la fase central.	6.
			7.	Zancada alternada + giro de tronco abajo 4 x 15 repeticiones										
					8.	push - ups en pared + shoulder taps 4 x 15 repeticiones	push - ups en pared + shoulder taps	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN						
			9.	Patada cruzadas 4 x 15 repeticiones						Rodillas cruzadas a menor rango de movimiento	Se trabajará en biserie alternando de a dos ejercicios. Esto estimula el trabajo en equipo y las habilidades sociales de los usuarios			
					10.	Extensión de triceps por encima de la cabeza 4 x 15 repeticiones	Extensión de triceps hacia atrás sin elevación de brazos	ESTIRAMENTOS						
			11.								1. Estiramiento de Hombro cruzado			
							2. Estiramiento de cuádriceps de pie							
		3. Estiramiento de espalda brazos al frente												
						4. Estiramiento de isquiotibiales de pie								
		5. Estiramiento de cuello y trapecio												

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
Series y repeticiones isotónicos	Realizar de 150 a 300 min de actividad física moderada a la semana, siguiendo las recomendaciones de la OMS.	Consumir 5 porciones de frutas y/o verduras al día, siguiendo las recomendaciones de la OMS	Debido al suelo en el cual realizamos la actividad se sugiere, asistir con un calzado deportivo de suela gruesa y semi dura, para disminuir el impacto articular durante la sesión	Promueva una actitud de superación constante con los avances identificados en los usuarios, esto fomenta la sensación de éxito.

OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR

FIRMA DEL GESTOR

Formato:
El formato cumple con la información solicitada. Revisa nuevamente el uso de tildes y algunas palabras para realizar los ajustes necesarios.
Recuerda marcar correctamente el archivo de la siguiente manera:
Abreviatura + fecha + nombre del IAF
Ejemplo: CR-09-11-2025-YEISON RINCÓN



HERNAN JIMENEZ

ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (EF)

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

JENNIFER LEMUS GONZÁLEZ

CTO No.:

1954

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE

NICOLD DAYANNA CORREDOR DOMINGUEZ

FECHA DE REALIZACIÓN:

dd / mm / aaaa

domingo, 09 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):

PARQUE FONTANAR

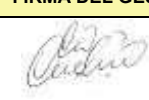
LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:

HERNAN JIMÉNEZ

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)	
RUMBA FITNESS (RFI)	11:20 a.m.	12:05 p.m.	1.	GÉNERO Reggaetón NOMBRE CANCIÓN Y ARTISTA Perros salvajes - Daddy Yankee MÉTODO A TRABAJAR Libre	OPCIÓN FULL - GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	Love is a bitch - Two Feet
					5.	Arrempujala, arremangala - Los karkik's	Sumatoria - Trabajo en parejas y grupos	13	Angel - Shaggy
			2.	Salsa - Cachondea - Fruko y sus tesos - Cadena	6.	Country - Cotton Eye Joe - Rednex	Cadena	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN	
					7.	Dembow - Prende la cadera - Big Mancilla	Sumatoria	Durante la sesión se realizarán, trabajos por parejas y grupos, con pasos y movimientos tipo jugadas coordinativas	
					8.	Merengue - Kulikitaka - Toño Rosario	Coros		
			3.	Folclore - La muje de toño - Aires Moniquereños - Libre	9.	Dancehall - Colombia Nation - Lion Fiah	Cadena	ESTIRAMIENTOS	
					10.	Currulao - Mi buenaventua - Perogoyo y su combo	Libre	1.	Estiramiento de isquiotibiales y miembros posteriores
			4.	Salsa choque - Bugalu - Cali flow latino - Sumatoria	11.	Bachata - A veces quiero llorar - Aventura	Cadena	2.	Estiramientos de cuádriceps, talón a glúteo
								3.	Flexión y extensión de cadera
								4.	Inclinación y rotación de tronco
								5.	Retracción escapular y Protección escapular

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
Enfoqué folclor internacional x metodología sumatoria y cadena	Durante la sesión, debe mantenerse en una intensidad moderada entre el 60% - 75% de la frecuencia cardíaca máxima	Se recomienda cosumir una comida ligera y balanceada 1 a 2 horas antes de la sesión de rumba, que incluya carbohidratos, proteínas y lípidos saludables	Al iniciar la sesión se debe desarrollar un calentamiento de al menos 10 minutos y se debe finalizar con estiramientos.	Practicar respiración consciente durante toda la sesión, ayuda a reforzar la sensación de bienestar y satisfacción personal.
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR				FIRMA DEL GESTOR
Modelo Jennifer, Formato: (mal nombrado, porfa... nombrarlo bien) El formato cumple con la información solicitada y coincide con los aspectos generales requeridos. Por favor, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunos errores de ortografía que se presentan. Planeación: La planeación cumple con las fases de calentamiento, parte central y vuelta a la calma. En el calentamiento, recuerda iniciar con ejercicios de movilidad articular; noto que la canción seleccionada no se ajusta tanto a esta dinámica, pero es bueno ajustarla para esa fase. Los demás canciones se ajustan adecuadamente a la activación y al enfoque propuesto en las observaciones del SIM para la fase central.				

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL
BRAYAN HERNANDEZ

CTO No.:
2158

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE
FERNANDA ALDANA

FECHA DE REALIZACIÓN:
domingo, 16 de noviembre de 2025

dd / mm / aaaa

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):
PARQUE FONTANAR DEL RIO Calle 146 #138a-99, Bogotá

LOCALIDAD:
Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:
HERNAN JIMÉNEZ MANTÉN

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)		
RUMBA FITNESS (RFI)	11:20 a.m. 12:05 p.m.		1.	Go Down Deh de Spice, Sean Paul, Shaggy SUMATORIA	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	Realiza ejercicios de recuperacion y respiracion, para regular frecuencia cardiaca.	
					5.	Ras Tas Tas, Cali Flow Latino	CORO	13		
			2.	Los hermanos Rosario La Dueña del Swing	6.	señor locutor caliche tropical	SUMATORIA	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN		
					7.	Daddy Yankee - Que Tire Pa Lante	CORO	En la cancion 10 ahy un desafio de movimiento corporal.		
					8.	Satanás .interpreta. Dario Gomez	SUMATORIA			
			3.	Carrapicho - Tic, tic tac CORO	9.	Comprate Un Perro MERENGUE	SUMATORIA	ESTIRAMENTOS		
					10.	Rompe - Daddy Yankee	CORO	1.	Estiramiento de Hombro cruzado	
			4.	Bomba Estéreo - Internacionales CORO	11.	En Privado - Xavi, Manuel Turizo	SUMATORIA	2.	Estiramiento de cuadriceps de pie	
								3.	Estiramiento de espalda brazos al frente	
								4.	Estiramiento de media pinza de pie	
								5.		

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
ENFOQUE URBANO POR METODOLOGIA DE CORO Planeación:	Consulte a su medico antes de iniciar un proceso de entrenamiento, en especial si este es vigoroso.	Despues de una actividad fisica estimulante, ingiera un carbohidrato y una proteina, opciones como el huevo y la avena en ojuelas son saludables y saciantes, evite añadir azucars en exeso.	Despues de los entrenamientos realiza estiramientos concientes, buscando relajar y aumentar los rangos de movilidad.	Valore los avances, tomese el tiempo de mejorar y y recuerde interactuar con las personas que asisten a la las actividades.
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR				FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunas palabras para ajustar. Importante corregir las observaciones del SIM: ENFOQUE URBANO POR METODOLOGIA DE CORO Planeación: Sesión cuante con sus 3 fases ben detalladas y esta acorde a la temática propuesta para esta sesión y fecha.				

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

SINDY LORENA CUEVAS RINCON

CTO No.:

1984

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE

JULIETH PAULINE LEON MONTALVO

FECHA DE REALIZACIÓN:

dd / mm / aaaa

lunes, 3 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):

PARQUE FONTANAR DEL RIO
CALLE 144C #141C

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:

HERNAN JIMENEZ

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)				FASE FINAL (7 min)				
RUMBA FITNESS (RFI)	11:20 a.m.	12:05 p.m.	1.	Folclore Africa - AFRO BEAT HARD "WILD MHD" - Lewo Beats SUMATORIA	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)		12.	Merengue Humanos a marte Coros			
					5.	Dembow - TAKA TAKA - Chimbala	SUMATORIA	13					
			2.	Regueton y dembow - SUBETE - LaryOver y Lirico en la casa SUMATORIA	6.	Salsa Choque- Muevete - Cali Flow	SUMATORIA - CORO	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN					
					7.	Regueton - Baila y Tampa - Karl Wine		CADENA	En las canciones de Folclore internacional hacen parejas y espejo.				
			3.	MERENGUE - COSQUILLITAS - Juan Luis Guerra CADENA	8.	Champeta - PEGATE- Twister el Rey	SUMATORIA	ESTIRAMENTOS					
					9.	Folclor Brasil - Lambada Mar de emociones- Afrosound Folclor Brasil- Magalena - Sergio Mendez CADENA			1.	Estiramiento de Hombro cruzado			
			4.	Salsa - Canguil con salsa - Hector Manito Bonilla CADENA	10.	Tropical - REVOLIATICO - Discos Fuentes PAM - Justin Quiles	CORO SUMATORIA	2.	Estiramiento de cuádriiceps de pie				
					11.	Tropical- Pirulino - Los Golden Boys Cumbia - La negra Celina - Cristobal Perez	SUMATORIA	3.	Estiramiento de espalda brazos al frente				
								4.	Estiramiento triangulo extendido - piramide				
								5.	Estiramiento angulo invertido				
			OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL	
			(ENFOQUE FOLCLOR INTERNACIONAL X METODOLOGÍA SUMATORIA Y CADENA)			Bailar fortalece tu corazón y mejora tu resistencia física.		Una alimentación rica en frutas y verduras ayuda a reponer antioxidantes perdidos en el ejercicio.		El movimiento rítmico mejora la movilidad articular y ayuda a prevenir rigidez.		La música y el movimiento estimulan la dopamina, favoreciendo la motivación y el bienestar.	
			OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR										FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunas palabras para ajustar. Planeación: Sesión cuante con sus 3 fases ben detalladas y esta acorde a la temática propuesta para esta sesión y fecha.													

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

OSWALDO ORJUELA

CTO No.:

9257

de 2025

PROFESOR ACOMPAÑANTE

JENNIFER LEMUS

FECHA DE REALIZACIÓN:

dd / mm / aaaa

lunes, 17 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):

PARQUE FONTANAR DEL RIO 144C #141C CALLE

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR ENCARGADO:

HERNÁN JIMÉNEZ

YOGA (YOG)	SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)				FASE FINAL (7 min)						
		9:50 a.m.	10:40 a.m.	1.	En esta fase se realizan movimientos básicos que permitan elevar la frecuencia cardiaca y respiratoria, movilidad articular y calentamiento general, con la ayuda de Pranayamas que nos permitan desde la respiración conectar de manera inicial el cuerpo, la mente y el entorno.	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)		12.	postura del cadaver					
						5.	Ciclo del Saludo a la Luna Montaña Alta	Postura de Zancada izquierda	13	pranayama de fuego y estiramientos finales						
											6.	Postura de la Palmera Izquierda	Postura de Guirnalda			
														7.	Postura de la Diosa	se regresa a la inversa todo por el cosatdo derecho
											9.	Postura de Triangulo izquierdo				
														10.	Postura de Piramide izquierda	
											11.	Postura de Luna Creciente izquierda				
														DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN		
Trabajar cada postura sin modificar la esencia de cada una de ellas y coordinar la respiración, concentración y ritmo, dejándose relajar también por la música.																
ESTIRAMENTOS																
1. Estiramiento de Tren superior (antero-posterior)																
2. Estiramiento de Tren inferior (antero-posterior)																
3.																
4.																
5.																

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL

MARIA FERNANDA ALDANA HERRERA

CTO No.:

3191

de 2025

PROFESOR
ACOMPANANTE

FECHA DE
REALIZACIÓN:

domingo, 9 de noviembre de 2025

LUGAR Y/O
PUNTO
(Dirección):

PARQUE FONTANAR DEL RIO
Dg 147 # 141 A - 42

LOCALIDAD:

Loc. 11 Suba

GESTOR
ENCARGADO:

HERNAN JIMENEZ

SESIÓN			H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)				FASE FINAL (7 min)				
YOGA (YOG)	9:50 a.m.	10:40 a.m.	1.	Movilidad articular: Movimientos de flexión, extensión y circunducción acompañados de activación respiratoria.	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)		12.	Disminución progresiva de la intensidad de la actividad física, buscando reducir la frecuencia cardiaca. Se realizará por medio de la postura del cadaver o postura de descanso, donde se realizarán trabajos de propiocepción y meditación guiados.					
					5.	Postura del volcán + postura de la montaña Namaste		Extensión de manos al frente al nivel del hombro, manteniendo el Anjali mudra + postura de la montaña Namaste		13	Por ultimo se realizará la práctica del pranayama anuloma viloma, con escencia, generando de esta forma regulación respiratoria y conexión con el final de la sesión				
			2.	Activación: calentamiento de los sistemas, generando respuestas a nivel muscular, respiratorio, cardiovascular, endócrino y óseo, aumentando la temperatura, y generando una respuesta metabólica. Esto se realizará con ejercicios de activación respiratoria, activación de costillas y esternón preparando el cuerpo para la siguiente fase.	6.	Postura del árbol		Postura del árbol con apoyo de punta de pie en el suelo/ Extensión de manos al frente al nivel del hombro, manteniendo el Anjali mudra		DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN					
					7.	Postura de la Diosa girada + postura estrella de cinco puntas		Postura de la Diosa + postura estrella de cinco puntas		Se llevará a cabo la Sankalpa junto con aromaterapia, para de esta forma despertar los sentidos, conectar con si mismos y conseguir el estado de relajación pleno al que deseamos llegar.					
			8.	Postura del triangulo		Postura del triangulo con apoyo anterior, según capacidad de cada usuario									
			9.	Postura de la mariposa + angulo atado		Postura de la mariposa + angulo atado con piernas semi flexionadas o extendidas. según capacidad de cada usuario									
			3.	Estiramiento preventivo: Estiramientos de corta duración, buscando que los tendones y músculos se preparen para la fase central.	10.	Postura de la langosta + Postura de la liebre		Desde la postura del cocodrilo se dará opción de realizar la langosta una pierna a la vez.		ESTIRAMENTOS					
					11.	Postura del arado		Postura del nacimiento							
			4.	Durante esta fase también se informará a los usuarios el objetivo de la sesión, se explicará la escala de percepción del esfuerzo, y se sugerirá hacer la hidratación en pequeñas dosis, en el momento en el que se requiera.					1.			Estiramiento de Hombro cruzado			
									2.			Estiramiento de cuadriceps de pie			
									3.			Estiramiento de espalda brazos al frente			
						4.	Estiramiento de isquiotibiales de pie								
						5.	Estiramiento de cuello y trapecio								
OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA			RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL			
Asanas para trabajo de fortalecimiento			Realizar de 150 a 300 min de actividad física moderada a la semana, siguiendo las recomendaciones de la OMS.			Consumir 5 porciones de frutas y/o verduras al día, siguiendo las recomendaciones de la OMS			Con la práctica regular de esta sesión, se aumenta la fuerza muscular al utilizar el peso corporal en las posturas.			Plantear la importancia de la regulación del estrés y la ansiedad con lo realizado en la sesión, contribuyendo a la salud mental			
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR												FIRMA DEL GESTOR			
Formato: El formato cumple con la información solicitada. Revisa nuevamente el uso de las tildes y ajusta algunas palabras para mejorar la redacción. Recuerda marcar correctamente el archivo de la siguiente manera: abreviatura + fecha + nombre del IAF (YOG-09-11-2025-MARIA ALDANA).															
Planeación: La planeación cumple con las fases de calentamiento, parte central y vuelta a la calma. Es una buena planeación, sin embargo, ajusta las observaciones del SIM, ya que no se alinean completamente con la temática de la sesión, aunque en el formato general sí se logra cumplir con el objetivo. Recuerda tener en cuenta las															

N/A

HERNAN JIMENEZ

YOGA (YOG)

ASANAS PARA TRABAJO
DE EQUILIBRIO Y
PROPIOCEPCION

Favorece la regulación del sistema nervioso (simpático y parasimpático).

Mejora la circulación, especialmente en extremidades inferiores.

Mantener una hidratación adecuada mejora la respuesta muscular y la concentración. Consumir alimentos ricos en magnesio, potasio y calcio (banano, avena, frutos secos, yogur) apoya la contracción muscular y evita calambres.

Se recomiendan como parte del entrenamiento funcional o de readaptación deportiva.

Reducen ansiedad y estrés, ya que requieren enfoque respiratorio y equilibrio emocional.

Mejoran la autoestima corporal, al sentir control y estabilidad física.

FIRMA DEL GESTOR

1863

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA RECREOVÍAS FIN DE SEMANA PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES													
PROFESOR PRINCIPAL		BRAYAN HERNANDEZ			CTO No.:		2158 de 2025		PROFESOR ACOMPAÑANTE				
FECHA DE REALIZACIÓN:		dd / mm / aaaa domingo, 23 de noviembre de 2025			LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):		PARQUE FONTANAR DEL RIO Calle 146 #138a-99, Bogotá		LOCALIDAD: Loc. 11 Suba				
									GESTOR ENCARGADO: HERNAN JIMÉNEZ				
SESIÓN		H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)				FASE FINAL (7 min)			
YOGA (YOG)		9:50 a.m.	10:40 a.m.	1.	GÉNERO Thai Chi		OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)		12.	Realiza ejercicios de recuperacion y respiracion, para regular frecuencia parque.	
				NOMBRE CANCIÓN Y ARTISTA Thai Chi - Música - Zen II		5.	ASANAS PARA TRABAJO DE EQUILIBRIO Y PROPIOCEPCIÓN		MÉTODO Progresion lineal, sumatoria y reduccion.		13		
				2.	Fase de movilidad: En posicion de semiflexion de rodillas piernas a la anchura de la cadera, pasa de bitilasana posicion de la boca de pie a bidalasana posicion del gato. Combina retraccion escapular con retroversion pelvica. Para agregar las piernas cuando esta en gato flexiona la rodilla mientras encoje el cuerpo, y cuando pasa vaca extiende la pierna atras.		6.	Utkata konasana (diosa): lo realiza de manera dinamica al inicio brazos de arriba abajo, luego lo combina con una elevacion de talones.		Disminuye flexion de rodillas		DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN	
						7.	Urdhva hastasana Postura de las manos hacia arriba, Uttanasana Postura del estiramiento intenso,		Mantiene brazos a la altura del hombro ubicando palmas sobre la parte superior del hombro, en la segunda postura flexiona rodillas para menor intencidad.		Realiza la secuencia tratando de mantener el equilibrio.		
						8.	Ardha uttanasana Postura de medio estiramiento intenso, Utthita chaturanga dandasana Plancha		En la primera postura flexiona rodillas.				
				3.	Le agrega en posicion de silla, unta rotacion de tronco, en el puesto.		9.	Adho mukha svanasana Postura del perro mirando hacia abajo, en este ejercicio da la variacion de elevar un pie en el aire.		despega ligeramente los pies del piso, o flexiona las rdillas		ESTIRAMENTOS	
						10.	Urdhva mukha paschimottanasana Postura del estiramiento intenso de la parte posterior del cuerpo con la cara hacia arriba Purvottanasana Postura del estiramiento intenso de la parte frontal del cuerpo		En la plancha invertida apoya las plantas, en la segunda postura flexiona las piernas.		1.	Estiramiento de Hombro cruzado	
						11.					2.	Estiramiento de cuadriceps de pie	
												3.	Estiramiento de espalda brazos al frente
												4.	Estiramiento de media pinza de pie
												5.	
OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL					
Realice los movimientos dentro de sus capacidades, observe la ejecucion de los ejercicios, y evite malas posturas por su seguridad.		Consulte a su medico antes de iniciar un proceso de entrenamiento, en especial si este es vigoroso.		Despues de una actividad fisica estimulante, ingiera un carbohidrato y una proteina, opciones como el huevo y la avena en ojuelas son saludables y saciantes, evite añadir azucares en exeso.		Despues de los entrenamientos realiza estiramientos concientes, buscando relajar y aumentar los rangos de movilidad.		Valore los avances, tomese el tiempo de mejorar y y recuerde interactuar con las personas que asisten a la las actividades.					
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR									FIRMA DEL GESTOR				

Formato: El formato cumple con la información solicitada. Revisa nuevamente el uso de las tildes y ajusta algunas palabras para mejorar la redacción. recuerda marcar bien el archivo de la siguiente manera: abreviatura + fecha + nombre del IAF (YOG-09-11-2025-MARIA ALDANA) Planeación: La planeación cumple con las fases de calentamiento, parte central y vuelta a la calma. Buena planeación, ajustar las observación del Sim que no se acomoda a la temática de la sesión pero en el formato si logra cumplir, recuerda las recomendación particulares e individuales.	
---	---

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREOVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

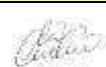
PROFESOR PRINCIPAL	SINDY LORENA CUEVAS RINCON		CTO No.:	1984	de	2025	PROFESOR ACOMPAÑANTE	JULIETH PAULINE LEON MONTALVO	
FECHA DE REALIZACIÓN:	dd / mm / aaaa domingo, 2 de noviembre de 2025		LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):	PARQUE FONTANAR DEL RIO CALLE 144C #141C		LOCALIDAD:	Loc. 11 Suba	GESTOR ENCARGADO:	HERNAN JIMENEZ

SESIÓN	H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)		FASE FINAL (7 min)	
YOGA (YOG)	9:50 a.m.	10:40 a.m.	1.	Sama Vritti Pranayama - 4 tiempos inhalo y 4 exhalo	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		12.	Prasarita Padottanasana – Flexión hacia adelante con piernas abiertas
			2.	Tadasana – Postura de la Montaña + respiración diafragmatica.	5.	Saludo a la luna Chandra Namaskar VARIACION A	13	Tadasana – Montaña Respiración de la Luna (Chandra Bhedana) fosa nasal derecha y luego izquierda
			3.	Tadasana - realizar movilidad articular general	6.	Parivrtta Tadasana i (Postura de la Montaña con Giro)	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN	
			4.	Postura del gato - Marjaryasana Postura de la vaca - Bitilasana	7.	Parivrtta Parsvakonasana (Postura del Ángulo Lateral Extendido con Giro)	Realizar juego de torsiones en pareja	
					8.	Parivrtta Anjaneyasana (Torsión en Estocada Baja)	En lugar de llevar el codo a la rodilla, coloca la mano opuesta el suelo.	
					9.	Postura del gato - Marjaryasana Postura de la vaca - Parivrtta Bitilasana	Apoyado en pared Postura del gato - Marjaryasana Postura de la vaca - Parivrtta Bitilasana	
					10.	Jathara Parivartanasana (Torsión Supina con Rodillas Extendidas)	Jathara Parivartanasana (Torsión Supina con Rodillas Flexionadas)	
					11.			
							ESTIRAMENTOS	
							1.	Uttanasana - Pinza
							2.	Parsbutanasana - Piramide

OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA	RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL
(ASANAS DE TORSIÓN)	"Esta torsión es un masaje interno profundo para tus órganos digestivos. Ayuda a estimular el fuego digestivo (Agni) y puede aliviar molestias como el estreñimiento."	"Practicar torsiones con regularidad puede ayudar a mejorar tu digestión. Un sistema digestivo eficiente es clave para absorber todos los nutrientes de los alimentos que consumes."	"Desde la fisioterapia, las torsiones son clave para mantener la movilidad rotacional de la columna, un movimiento que usamos muchísimo en la vida diaria y que con el tiempo se pierde."	"Al salir de la postura, tómate un momento para notar la sensación de calma, de espacio y de claridad mental. Ese es el verdadero regalo de la práctica."
OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR				FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunas palabras para ajustar y colores. Planeación: Sesión cuante con sus 3 fases ben detalladas y esta acorde a la temática propuesta para esta sesión y fecha.				

PROGRAMA BOGOTÁ EN FORMA
RECREEVÍAS FIN DE SEMANA
PLANIFICACIÓN DE SESIONES CLASES GRUPALES

PROFESOR PRINCIPAL	JENNIFER LEMUS GONZALEZ	CTO No.:	1954	de 2025	PROFESOR ACOMPAÑANTE	OSWALDO ORJUELA RUIZ	
FECHA DE REALIZACIÓN:	dd / mm / aaaa lunes, 03 noviembre de 2025	LUGAR Y/O PUNTO (Dirección):	PARQUE FONTANAR	LOCALIDAD:	Loc. 11 Suba	GESTOR ENCARGADO:	HERNAN JIMENEZ

SESIÓN		H. I.	H. F.	FASE INICIAL (10-12 min)		FASE CENTRAL (30 - 35 min)			FASE FINAL (7 min)				
YOGA (YOG)		9:50 a.m.	10:40 a.m.	1.	GÉNERO Thai Chi	OPCIÓN FULL- GRUPO 2(AER)/ CANCIÓN (RF-DF)/ ASANA (YOG)/ JUEGO(AFN)/ GESTO TÉCNICO (COT)/ EJERCICIO FUL (EF)		VARIACIÓN- GRUPO 1(AER) / MÉTODO (RF-DF)/ ADAPTACIÓN ASANA (YOG)/ CANCIÓN (AFN)/ MÉTODO (COT)/ REGRESIÓN (EF)	12.	Sumatoria de las asanas - Cambio de asanas cada respiración			
					NOMBRE CANCIÓN Y ARTISTA Thai Chi - Música - Zen II								
				2.	MÉTODO A TRABAJAR Peng - Lu - Ji	5.	Virabhadrasana I, II y III - Guerrero	3 Respiraciones en 4" (Inhalación y exhalación) - Vinyasa yoga - Sumatoria de asanas	13	Thai Chi			
						6.	Utkatasana - Postura de la silla	3 Respiraciones en 4" (Inhalación y exhalación) - Vinyasa yoga - Sumatoria de asanas	DESAFÍOS COORDINATIVOS / ASPECTOS DE INNOVACIÓN				
						7.	Adho mukha savasana - perro boca abajo	3 Respiraciones en 4" (Inhalación y exhalación) - Vinyasa yoga - Sumatoria de asanas					
				3.	MÉTODO A TRABAJAR An - Cai - Lieh	8.	Phanlakasana - Plancha	3 Respiraciones en 4" (Inhalación y exhalación) - Vinyasa yoga - Sumatoria de asanas	Al finalizar la sesión se realiza la sumatoria de las asanas realizadas durante la fase central				
						9.	Vasisthasana - Plancha lateral	3 Respiraciones en 4" (Inhalación y exhalación) - Vinyasa yoga - Sumatoria de asanas					
				4.	MÉTODO A TRABAJAR Zhou - Khou	10.	Setuasana - Postura de la mesa invertida	3 Respiraciones en 4" (Inhalación y exhalación) - Vinyasa yoga - Sumatoria de asanas					
						11.							
				OBSERVACIONES DE LA SESIÓN SIM		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS MEDICINA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS NUTRICIÓN		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS FISIOTERAPIA		RECOMENDACIONES Y/O BENEFICIOS SALUD MENTAL	
				ASANAS PARA EL TRABAJO DE FORTALECIMIENTO		El trabajo de fortalecimiento, mejora la estabilidad y control del cuerpo		Antes de las sesion de yoga se recomienda una alimentación ligera para evitar malestares intestinales durante la sesión		El trabajo de fortalecimiento puede ser beneficioso en la rehabilitación de lesiones y en la recuperación de lesiones y función motora		Los trabajos de yoga favorecen la capacidad de concentración y disminución de la distracción, así mismo, reduce los niveles altos de estrés	
				OBSERVACIONES POR PARTE DEL GESTOR									FIRMA DEL GESTOR
Formato: El formato cumple con la información solicitada, revisa nuevamente el uso de las tildes y algunas palabras para ajustar. Planeación: Sesión cuante con sus 3 fases ben detalladas y esta acorde a la temática propuesta para esta sesión y fecha.													

Obligación N.º 4 – Actas de reunión y listados de participación en reuniones



Si no maneja consecutivo coloque N.A.		COMITÉ/REUNIÓN: Actualización: Planeación y Producción de Eventos		DD	MM	AA
ACTA No.				7	11	2025

LUGAR:	Virtual Teams	HORA DE INICIO:	10:00 a. m.	HORA FIN:	11:00 a. m.
---------------	---------------	------------------------	-------------	------------------	-------------

ASISTENTES		
NOMBRE	CARGO	DEPENDENCIA
Se anexa lista de asistencia		

ORDEN DEL DIA	
1. Bienvenida y objetivos de la reunión.	4. Revisión de cada punto del documento de Planeación y producción de eventos 2026.
2. Proyección de los eventos para 2026.	5. Clasificación de eventos según su complejidad y trámites asociados.
3. Definición de la fecha límite para la entrega del cronograma.	6. Cierre y compromisos

TEMAS TRATADOS	
1. Proyección del cronograma de eventos para 2026:	
Se discutió la necesidad de proyectar los eventos para el próximo año, aunque no se tiene aún el presupuesto definido.	
Se acordó que las áreas enviarán sus cronogramas el 15 de noviembre.	
2. Impacto del presupuesto en la planificación de eventos:	
3. Revisión del documento de Procedimiento de Planeación y Producción de Eventos para la vigencia 2026, actualizado por el área de planeación y Eventos del IDRD.	
4. Proceso de clasificación de la complejidad de los eventos:	
Se explicó cómo se clasificarán los eventos como de baja, media o alta complejidad, dependiendo de varios factores como la cantidad de asistentes, el tipo de público, las estructuras necesarias, y los permisos requeridos.	
Se socializó el tiempo mínimo con el que deben planearse los eventos dependiendo de su complejidad.	
5. Revisión de la plataforma SUGA para la gestión de eventos:	
Se mostró cómo utilizar la plataforma para clasificar los eventos y determinar su complejidad. Se discutió la importancia de tener suficiente tiempo para realizar los trámites de permisos organización.	
6. Ajustes necesarios en los servicios para eventos de alta complejidad:	
Se acordó hacer ajustes en los tiempos de solicitud de servicios para eventos de alta complejidad, asegurándose de que todos los servicios estén listos con suficiente antelación antes de la ejecución del evento.	
Se anexa el documento de actualización de planeación y producción de eventos.	

TEMAS TRATADOS

[illegible]

PRESIDENTE / DELEGADO / JEFE DEPENDENCIA / QUIÉN CONVOCA		SECRETARIO (S) Si en la reunión no se maneja esta delegación coloque N.A.		
FIRMA		FIRMA	N/A	N/A
NOMBRE	Daniela Niño López	NOMBRE	N/A	N/A
CARGO	Contratista	CARGO	N/A	N/A

Daniela Niño López

ID	Hora de inicio	Nombre Completo	Cedula	Perfil	Programa
1	7/11/2025	Julio César Palacios Pinilla	80192363	Gestor TH	Bogotá en Forma
2	7/11/2025	HAROL MAURICIO VARGAS SILVA	1022409346	GESTOR TERRITORIAL	Bogotá en Forma
3	7/11/2025	Yenny María Dedios Rivera	1193209853	Contratista	Bogotá en Forma
4	7/11/2025	Ivone Melisa Mejia Romero	1016108857	Gestora Territorial	Bogotá en Forma
5	7/11/2025	Angel Armando Ramos Perez	80.449.764	Gestor Territorial	Bogotá en Forma
6	7/11/2025	Efraín David Forero Avellaneda	1071167768	Gestor Territorial	Bogotá en Forma
7	7/11/2025	Raul Andres Silva Zambrano	1013606356	Gestor Territorial	Bogotá en Forma
8	7/11/2025	HELBERT VALBUENA	80219712	Gestor territorial	Bogotá en Forma
9	7/11/2025	Julieth Angelica Parra Kopp	52317078	Apoyo Administrativo	Bogotá en Forma
10	7/11/2025	JAIME WILSON ESTRADA	11382051	Gestor territorial	Bogotá en Forma
11	7/11/2025	Wilson Martin Castellanos	80217520	Gestor	Bogotá en Forma
12	7/11/2025	Hector Julio Cedano Martinez	1024462252	Gestor Actividad Física	Bogotá en Forma
13	7/11/2025	Andrés Giovanny Candela García	1016025994	Profesional Especializado	Bogotá en Forma
14	7/11/2025	Libardo Junior Sánchez Tambo	1024499639	Gestor Persona Mayor	Bogotá en Forma
15	7/11/2025	Daniela Niño	1020744233	Productora Eventos con altura	Bogotá en Forma
16	7/11/2025	Kimberly torres diaz	1016012885	Digitador	Bogotá en Forma
17	7/11/2025	Santiago Rusinque Aldana	1012437034	Gestor territorial	Bogotá en Forma
18	7/11/2025	LUIS ALFREDO GARCIA FERNANDEZ	79691278	GESTOR ACTIVIDADS FISICA	Bogotá en Forma
19	7/11/2025	María Fernanda Vanegas Nieto	1000046806	Apoyó administrativo	Bogotá en Forma
20	7/11/2025	Lady Johanna Combariza Pulido	53118540	Técnico Operativo 314-10	Bogotá en Forma
21	7/11/2025	Jessica Rodríguez Sánchez	1013618186	Técnico operativo 314-07	Bogotá en Forma
22	7/11/2025	Luisa Fernanda Díaz Galeano	1000139603	Contratista	Bogotá en Forma
23	7/11/2025	Eduin David Camacho	1010186479	Contratista	Bogotá en Forma
24	7/11/2025	Hernán Jiménez	1019022182	Gestor territorial	Bogotá en Forma
25	7/11/2025	Jeimmy Liliana Villamarín Díaz	1032472666	Gestora de Actividad Física	Bogotá en Forma
26	7/11/2025	Luis Alejandro Castañeda	80496461	Contrarista	Bogotá en Forma
27	7/11/2025	Luis Alejandro Castañeda	80496461	Contratista	Bogotá en Forma
28	7/11/2025	Luisa Fernanda Garzón Hernández	52771657	Gestor Territorial	Bogotá en Forma
29	7/11/2025	Sergio Andres González Monroy	80116767	Gestor territorial	Bogotá en Forma
30	7/11/2025	Luz Amparo Rodríguez	66827964	Gestora Actividad Física Manzanas del Cuidado	Bogotá en Forma
31	7/11/2025	FERNANDO FORERO AREVALO	7166555	Gestor territorial	Bogotá en Forma
32	13/11/2025	Luis Alejandro Castañeda	80496461	Contratista	Bogotá en Forma

Si no maneja consecutivo coloque N.A.	COMITÉ/REUNIÓN: Reunion Gestores Territoriales -	DD 14	MM 11	AA 2025
ACTA No.				

LUGAR: Parque de los novios

HORA DE INICIO: 10:54 AM

HORA FIN: 1:40 pm

ASISTENTES		
NOMBRE	CARGO	DEPENDENCIA
Se anexa listado de asistencia		

ORDEN DEL DIA

- | | |
|-----------------------------------|--|
| 1. Procedimiento Actividad física | 4. fortalecimiento Persona mayor - Viejo teca. |
| 2. Formato Acompañamiento Gestor. | 5. fecha pruebas técnicas - 6. Manzanas del. |
| 3. Reporte niños y niñas | 6) 7. Actas de reunion 8. sensibilización pago final
año 9. varios. |

TEMAS TRATADOS

Se da inicio a la reunión a las 10:54 AM dando un saludo general a los participantes.

Por temas de novedad técnica p' iniciar reunión, se da inicio con pausq activa dirigida por Edwin Camacho.

1 Se inicia con la intervención de socialización del fortalecimiento del 21 de noviembre con el tema de persona mayor; Hora 7:30 AM a 12:30 PM se trata tema de talento humano para el equipo de instructores, fortalecimiento persona mayor y finaliza tema, prevención de violencia de género (Manzanas del cuidado). En relación al tema de viejoteca; se tienen piezas comunicativas, a la fecha no se cuenta con video.

Vestuario hawaiano, se solicitaron inicialmente 60 Buses, 3 a 4 por localidad, aún no se tiene completa la información de la necesidad de Buses por localidad información a enviarse por parte de los gestores territoriales. Plazo 16 NOV. para pasar solicitud final de buses. Ciudad Bolívar y Rafael Uribe solicitan más buses p' esa actividad. Hora llegada 7:00 AM Palacio de los deportes.

Evento proyectado para 3.000 personas, para lo cual se cuenta con refri-

gerio. Podrían llegar TEMAS TRATADOS

- mas personas al evento corriendo el riesgo que no se cuenta con mas refrigerios. Para la localidad de Fontibon, se menciona q' la convocatoria puede bajar por citaron en la misma fecha a evento de la alcaldia. Las planillas disminuyen para los buses estan pendientes de envio. El personal que puede ir en el bus seran, colector, auxiliar de parqueo, 2 instructores. promover la actividad para que el bus llegue lleno. No se permiten menores de edad. Mujeres mayores de 55 años. hombres mayores de 60 años. Se entregaran medallas y trofeos. Se tendra una orquesta como animación del evento.
2. Se socializa informacion del fortalecimiento del 24 de noviembre para el talento humano (instructores) 6:30 AM toma de asistencia. 7:00 AM a 12:30 PM duración del evento, salon presidente. Tema: fortalecer la sesión de Aerobeat. se comenta q' se enviaron recomendaciones para la jornada: Uniforme, traer comida suave y agua. están citados gestores, instructores y auxiliares. los tutores estarian citados una semana previa para ensayos. serán citados en horario de la tarde p' no afectar metas. El plan camuño finaliza a finales del mes de noviembre por temas de festivales. Se aclara que algunos instructores se excusan por llegar tarde justificando q' es por tema de lluvia (la responsabilidad de organizar tiempo es del instructor). Se recomienda distribuir bien los tiempos de la sesión para q' la grabación no retrase la salida. tema pruebas físicas y Pruebas técnicas: se modifica fecha por escenarios. Pruebas físicas Jueves 4. Dic 8 am a 12 M - 1-5 pm. diferentes grupos de 8 am a 8 pm. Se enviara correo con distribución de honorarios para poder proyectar la programación en territorio. La UCAD establecerá los parámetros de evaluación para medir con objetividad. Usme programará pruebas en las tardes para ser recibidos con baja probabilidad que se pueda seguir lady Combariza. Pruebas físicas de nuevas tendencias. 10, 11, 12 de diciembre paraguadero interno IDEO cada localidad distribuirá sus instructores en las fechas. 8-9 AM 9-10 AM. 11 am a 12 M. El instructor debe presentarse 30 min. antes se debe presentar planeación de la sesión clase. Pruebas musicalizadas: 15, 21, 22, 23 8 am a 5 pm
3. Se exponen los procedimientos de Actividad física y su producto con las evidencias solicitadas por cada uno. Se explica los lineamientos para la entrega de actas, donde tambien se incluye la programación

TEMAS TRATADOS

mensual de los instructores en el formato oficial, junto con la oferta actualizada. Adicionalmente se especificaron los responsables de cada uno de los ítems desde la coordinación del programa, con el propósito de asegurar una gestión clara y organizada de cada proceso. Alejandro Castañeda aprovechó y agradeció a los gestores el compromiso con el desarrollo de las entrevistas, ya que se realizaban en los tiempos acordados.

4. Socialización mapa de procesos, Pasaporte vital: se expone sobre el proceso de registro y expedición de la tarjeta pasaporte vital, para ser entregada a las personas mayores, mostrando cada proceso las evidencias que soportan el mismo y claramente los lineamientos para la entrega oportuna de la tarjeta.

5. Presentación del formato de acompañamiento al gestor territorial.

Socializando y revisando una vez de los hitos a evaluar. Se informa que ya se encuentra aprobado por control de legalidad, el cual pueden encontrar y bajar de ISOLUXION. De igual forma se menciona que a la fecha ya se pueden realizar las visitas por parte de los gestores administrativos de actividad física, persona mayores manzanos del Cuidado, coordinador operativo y equipo metodológico. Se recomienda tener claramente diligenciado el cronograma de visitas a territorio. De igual manera Liliana Villamarín Socializa información para la Sesión de niñas y niños en la recreación dominical, se contará para esta actividad apoyo de recreadores (podrán por programación de su área, no acompañar esta sesión, razón por la cual los instructores de actividad física deben tener preparada la Sesión especial de niñas y niños para que se pueda desarrollar como se opera a la comunidad).

Por el momento no se toma en SIM asistencia, se debe tener registro fotográfico y videos. Se tienen materiales para los recreadores, deben estar citados al bodegaje de este material. importante el tema de la convocatoria antes de la sesión y durante el tiempo programado para la actividad, en el caso de no tener participantes. Tener presente diligenciar el documento excel en la carpeta de Bogotá en forma la información de la jornada de los niños.

TEMAS TRATADOS

6. Para el tema de los Buses del Ciudadano se entrega la siguiente información: Bus Urbano: Localidades de Tunjelito, Bosa Kennedy. se tendrá atención en horario AM y PM, para la localidad de Kennedy el día viernes se iniciará a partir del mes de diciembre.

Para el Bus Rural: las localidades de Usme (atendida solo los días martes en tres horarios: 7-10 - 10 a 12. 2 a 4) con la instructora que hace parte del equipo de atención, quien tendrá transporte para desplazarse hasta el punto.

Para las localidades de Ciudad Bolívar y Santa Fe, se atenderán doble jornada.

Bus Urbano: Tunjelito: Lunes y martes - Bosa: miércoles y jueves Kennedy: viernes y sábado.

Bus Rural: Usme: martes, Ciudad Bolívar: miércoles y jueves Santa Fe: viernes y sábado. Para la localidad de Ciudad Bolívar se programaron dos instructoras del equipo de atención, ya que no se cuentan con instructores para dicha programación. El Servicio de los buses del Ciudadano iniciará el día 18 de nov. por correo electrónico será enviada toda la información pertinente a este servicio. Para el tema de INFOCUIDADO, se informa que la calidad de la información que se está registrando en el momento que llega en una nueva usuaria, se está incrementando en realizar varios registros con diferentes números de cédula de una misma persona, lo cual está modificando el número real de personas únicas inscritas. Para esta situación la Secretaría de la Mujer, propone para el periodo 2026 dictar una capacitación a el personal directo que realiza los registros en cada una de las entidades, con el fin de disminuir la probabilidad de error. Diego Ramirez propone identificar por parte del IDPD al instructor por localidad que realiza mal el registro, para de forma personal hacer el acercamiento y corregir el error por parte del Gestor y la jefatura de zona del Ciudadano. Para el tema de los buses del Ciudadano se informa que se cuenta con material para realizar las clases.

GESTIÓN DOCUMENTAL-V.2

TEMAS TRATADOS

7. Dentro del procedimiento de Actividad física se tiene como medida de evaluación también los actos. A partir de la fecha se tendrán el siguiente protocolo para su carga y verificación de los actos: se deben entregar Actas territoriales físicas y digitales, enviar por correo a la persona de la coordinación que acompañe la gestión entre semana, el acta de reunión territorial según apoyo que corresponda a la localidad, quien revisará y verificará que el acta esté correcta para cargar en el Drive que se tiene en la carpeta de Bogotá en forma, desde la coordinación se compartirá. En el caso que el acta esté incorrecta será devuelta para que el gestor realice los ajustes correspondientes. Se recomienda a los gestores que revisen el acta antes que se termine la reunión, el anterior proceso favorece la revisión de los informes, haciendo el proceso más eficiente. Las actas de las reuniones con otras instancias no corresponden a este proceso. El acta debe ser enviada al apoyo territorial un día después de realizada la reunión.

8. Unificación Informe: pendiente. Wilson Martín, Luisa, Raul, Wilson, en el cargo de informes, el gestor debe justificar la novedad por la que no fue entregado a tiempo. Se debe pasar mensualmente reportes al coordinador Andres de el estado de entrega y finalización del proceso de informes hasta el paso del Secop II. Las evidencias de los informes de los instructores las verifica en el portal los apoyos administrativos. Son estos los que informan que las evidencias no corresponden. El gestor debe hacer la recomendación a los instructores que están abiertos a realizar oportunamente los ajustes de los informes.

9. Información de Pagos para los meses de noviembre y diciembre. El 25 de noviembre se entrega informe de noviembre con la Seguridad Social de octubre. Entre los primeros 15 de diciembre se pagan los honorarios de noviembre. Los honorarios de diciembre, por crece contable de la entidad, debe pagar el dinero en el mismo mes de diciembre, pagando antes del crece de Hacienda en sus plataforma. Por tal razón se debe pagar la Seguridad Social de noviembre para ser presentada en diciembre.

GESTIÓN DOCUMENTAL-V2

TEMAS TRATADOS

importante tener en cuenta q' con el pago de octubre se debe pagar los dos meses (noviembre - diciembre). hacer la recomendación a cada uno de sus equipos. para el informe de diciembre se hará en dos momentos a- con las actividades hasta la fecha de corte para pago y b- otro segundo momento del informe donde se consagran las actividades pendientes del mes.

Desde la coordinación se realizará un video para explicar a los instructores el proceso, se les recomiendo q' los gestores informen lo socializado a sus equipos.

El equipo de apoyo administrativo mensualmente realiza una reunión presencial para revisar las estrategias de revisión de informes, evitando reprocesos en el momento de autorización de pagos. Se ha identificado que algunas personas pasan incompleto los informes en la fecha acordada, sabiendo que será devuelto para ser corregido.

Siendo la 1:40 pm se da finalización a la reunión

COMPROMISOS		FECHA LIMITE PARA SU REALIZACION
TEMA	RESPONSABLE	
Enviar listado inscripción buses virejetea	Libardo JR Sanchez	16-22 nov
Listado de instructores que diligenciar en forma mensual usuarios nuevos (no. de identidad)	Orego Ramirez	16-22 nov
Enviar correo con informacion de operacion buses del circuito ciclo no. 6	Luz Amparo Rodriguez	16-20 nov

EVALUACIÓN Y CIERRE DE LA REUNIÓN

¿Se logró el objetivo? SI ☒ NO ☐

Observaciones

Se da cumplimiento con el objetivo de la reunión

Siendo las 10:54 PM se da por terminado el comité/reunión, en constancia firman:

PRESIDENTE / DELEGADO / JEFE DEPENDENCIA / QUIÉN CONVOCA		SECRETARIO (S) Si en la reunión no se maneja esta delegación coloque N.A.	
FIRMA	[Firma]	FIRMA	[Firma]
NOMBRE	[Nombre]	NOMBRE	[Nombre]
CARGO	[Cargo]	CARGO	[Cargo]

NOMBRE COMPLETO DE QUIÉN ELABORA EL ACTA: Luz Amparo Rodriguez S.



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: Reunion GestoresRESPONSABLE DEL EVENTO Lady Combarca.FECHA 14 11 25 HORA INICIAL 10:54 am HORA FINAL 1:40 pm LUGAR Parque de los Ninos

						DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACION	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRONICO	TELEFONO
1	Luisa fda Garzon Hdez	52771057	GT	Recreacion	[Firma]			
2	Santiago Puentes Aldana	107437034	GT	Bordacion	[Firma]			
3	Fernando Forero Arevalo	71661057	GT	Recreacion	[Firma]			
4	Raul Andres Silva E.	613606356	GT	Recreacion	[Firma]			
5	Guillermo Esteban	1387057	GT	Recreacion	[Firma]			
6	Yune Meliza Merli Romero	1016108357	GT	Recreacion	[Firma]			
7	Heber Joha Nelson Martinez	107446252	GT	Recreacion	[Firma]			
8	Hernan Jimenez Diaz	101902102	GT	Recreacion	[Firma]			
9	Sergio Andres Gonzalez M.	80116762	GT	Recreacion	[Firma]			
10	Angel Amador Pinos Perez	80444364	GT	Recreacion	[Firma]			
11	Wilson Martin Castellanos	80217520	GT	Recreacion	[Firma]			
12	Estran David Forero Amilenada	1071167768	GT	Recreacion	[Firma]			
13	HAROL MAURICIO VARGAS SILVA	1022409346	GT	RECREACION	[Firma]			
14	Helbert Vallbuena C	80219712	GT	Recreacion	[Firma]			
15	Julio Cesar Pelaez Pineda	80192363	GT	Recreacion	[Firma]			
16	Kimberly Torres Diaz	1016012595	Contratista	Recreacion	[Firma]			
17	Daniela Torres Diaz	1015428775	Contratista	Dpto. Hno	[Firma]			
18								

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: Reunion de Gestores

RESPONSABLE DEL EVENTO

Lady CombarizaFECHA: 19 11 2015HORA INICIAL: 10:54 amHORA FINAL: 1:40 pm

LUGAR

Parque el lago

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	Yenny Maria Dedios Rivera	119209753	Contratista	Recreación	Yenny			
2	Luisa Fernanda Diaz Galeano	7000139603	Contratista	Recreación	Luisa			
3	Maria Fernanda Vanegas N	1000046806	Contratista	Recreación	Maria			
4	Luz Amparo Rodriguez S.	66827964	Contratista	Recreación	Luz			
5	Jose Augusto Alvario Cilderon	80155541	Contratista	Recreación	Jose			
6	Ulana Villamorin	1032472668	Contratista	Recreación	Ulana			
7	Libardo Sandoz	102449964	Contratista	Recreación	Libardo			
8	Julio Cesar Fabraes Pinillo	80197363	Contratista	Recreación	Julio			
9	Hector Villaverde Carrero	00219712	Contratista	Recreación	Hector			
10	Diego Felipe Ramirez Angarita	1020202095	Contratista	Recreación	Diego			
11	Luis Alejandro Castañeda	80412640	Contratista	Recreación	Luis			
12	Luz Amparo Rodriguez S.	66827964	Contratista	Recreación	Luz			
13	Julith Barra Rapp	0237008	Contratista	Recreación	Julith			
14	Lady Johanna Combariza Julido	8018540	Contratista	Recreación	Lady			
15	Edwin David Camacho Franco	1010186479	Contratista	Recreación	Edwin			
16	Lady Pamy Hernandez	37042048	Contratista	Recreación	Lady			
17	Adriana P. Sanchez S	52490738	Contratista	Recreación	Adriana			
18	Andrés Sarmiento	80031833	Contratista	Recreación	Andrés			

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.kid.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: MEJOR MEMBR TEAM IDPD SUBA

RESPONSABLE DEL EVENTO

IDPDFECHA 19 04 25 HORA INICIAL 10:30HORA FINAL 11:30LUGAR CEFE FONTANAS

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDPD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	Frank Garcia Ballesteros	8092762	Monita	IDPD-Bogotá en Bici	[Firma]			
2	Wilma Fabian Tique Horn	103376298	Profesional	Mujeres Bogotá	[Firma]			
3	Henrry Ormaza Diaz	101922162	Gestor	Recreación	[Firma]			
4	Francisco Rozo	80220338	Adm. prof	STP-Escuelas	[Firma]			
5	Juan Carlos GARCIA MORA	79737-285	profesional	Escuelas	[Firma]			
6	Sergio Canale	102019186	Adm. mte	Escuelas	[Firma]			
7	Nan Dario Muriillo Guerrero	101429380	Adm-Profesr	STP-ESC	[Firma]			
8	Sandra Carolina Hina Reyes	39519662	Adm Técnico	STP-ECEN	[Firma]			
9	MARIA DEL PILAR AYOALA C.	52691211	PROFESOR SOCIAL	STP / PS	[Firma]			
10	WILMAN PALACIO OLIVEROS	1032410230	Prof. MUEVETS	RECREACION	[Firma]			
11	Leo Edo Beltran	79046190	Ad TCO	STP - ESC	[Firma]			
12	Jesun A. GARCIA JARD	1106711000	GESTOR T.	OAL	[Firma]			
13								
14								
15								
16								
17								
18								

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDPD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDPD: <https://www.idpd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.5

Si no maneja consecutivo coloque N.A.	COMITÉ/REUNIÓN: Fortalecimiento técnico habilidades blandas		DD	MM	AA
ACTA No.	persona mayor		21	11	2025
LUGAR:		IDRD - Salón B	HORA DE INICIO:		8:00 a.m HORA FIN: 12:30 a.m
ASISTENTES					
NOMBRE		CARGO	DEPENDENCIA		
Se anexa listado de asistencia					
ORDEN DEL DIA					
1. Fortalecimiento técnico persona mayor		4.			
2. Habilidades Blandas - Inteligencia emocional		5.			
3. Taller Prevención de Violencias		6.			
TEMAS TRATADOS					
1. El fortalecimiento técnico de persona mayor inicia con la intervención del gestor de persona mayor Libardo Sánchez					
indicando los beneficios de la actividad física para persona mayor trayendo acolación la importancia y su impacto en					
el bienestar integral de las actividades que se realizan en el programa de Bogotá en forma direccionadas a las					
personas mayores. El gestor de persona mayor indica como primer tema se trata los beneficios de actividad física					
en persona mayor , evidenciado cuando la actividad física se practica de manera regular y adaptada, favorece el					
mantenimiento de la movilidad, la fuerza y la autonomía funcional, aspectos fundamentales para preservar la calidad de					
vida en esta etapa. Además, se resaltó que la actividad física contribuye de manera significativa al fortalecimiento de					
la salud mental y emocional, ya que promueve una adecuada autoestima y reduce síntomas asociados a la ansiedad y					
la depresión, tal como lo evidencian estudios recientes. Estos beneficios se ven reflejados no solo en el bienestar					
individual, sino también en el aumento de la participación social, la sensación de pertenencia y la mejora general del					
estado de ánimo, reafirmando la importancia de incorporar la actividad física como un hábito constante en el proceso					
de envejecimiento.					
Como segundo tema, se trata el sedentarismo en personas mayores , expresando que es uno de los principales					
factores de riesgo para la salud de las personas mayores. Se explicó que la falta de movimiento prolongado contribuye					
al deterioro de la capacidad funcional, al aumento de enfermedades crónicas y a la disminución de la autonomía, lo					
que impacta directamente en su bienestar físico y emocional. Se enfatizó que el sedentarismo no solo afecta el cuerpo,					
sino también la motivación, el estado de ánimo y las relaciones sociales, generando un círculo de inactividad difícil					

TEMAS TRATADOS

de revertir si no se interviene oportunamente. Por esta razón, se resaltó la importancia de implementar estrategias que promuevan una vida más activa, con actividades accesibles, seguras y significativas, que permitan contrarrestar los efectos negativos del sedentarismo y favorecer un envejecimiento saludable.

Como tercer tema, se trata la **actividad física para el disfrute, no para complejizar o estresar** resaltó que la actividad física dirigida a personas mayores debe estar orientada principalmente al disfrute y al bienestar emocional.

Se destacó que las rutinas no deben convertirse en una fuente de complejidad, presión o estrés, sino en un espacio amable que promueva la participación espontánea, la comodidad y la motivación. Se recalcó la importancia de adaptar las actividades al ritmo y a las capacidades individuales, evitando exigencias excesivas y privilegiando movimientos simples, seguros y significativos. El propósito fundamental es que cada persona viva la experiencia de manera positiva, fortaleciendo su confianza, autonomía y conexión con su propio cuerpo, siempre desde una perspectiva respetuosa y humanizada.

Como cuarto tema, se trata **empatía y disposición de escucha durante las sesiones** donde el gestor de persona mayor indica que, la empatía y la disposición de escucha constituyen pilares fundamentales en el trabajo con personas mayores. Se señaló que cada participante posee ritmos, experiencias y necesidades particulares, por lo que el acompañamiento debe realizarse desde una actitud comprensiva, respetuosa y atenta. La escucha activa permite reconocer las sensaciones, temores, motivaciones y límites de cada persona, favoreciendo un ambiente de confianza y seguridad. Asimismo, se recalcó que la empatía no solo fortalece el vínculo entre facilitador y participante, sino que potencia la participación, el disfrute y la adherencia a la actividad física, generando un espacio donde las personas mayores se sienten valoradas, acogidas y partícipes de su propio proceso de bienestar.

Como quinto tema, se trata **beneficios sociales de la actividad física en la persona mayor** se destacó que la actividad física no solo contribuye al bienestar físico y emocional de la persona mayor, sino que también desempeña un papel esencial en el fortalecimiento de sus vínculos sociales. Se mencionó que la participación en actividades grupales favorece la interacción, el intercambio de experiencias y la construcción de relaciones significativas, aspectos que impactan de manera positiva en la vida de los usuarios participantes de las actividades que oferta el programa.

Además, se señaló que los adultos mayores que realizan actividad física con regularidad tienden a manifestar una autoestima más estable y un mayor bienestar psicológico, lo que está directamente relacionado con la calidad del acompañamiento social que reciben. Según González & Froment (2018), estas prácticas ayudan a reducir la ansiedad y la depresión en esta población, reafirmando el valor de los espacios de encuentro, movimiento y convivencia para promover un envejecimiento activo y satisfactorio.

La metodóloga Lady Combariza continua con la presentación con la forma correcta de la **planificación de sesiones para personas mayores** realizando una actividad participativa con los contratistas del programa, instructores, auxiliares y gestores dónde se revisaron los elementos fundamentales para la adecuada planificación de sesiones dirigidas a personas mayores, enfatizando la necesidad de estructurar cada encuentro de manera clara, segura y adaptada a las capacidades del grupo. Se señaló que toda sesión debe iniciar con un objetivo definido, el cual orienta

TEMAS TRATADOS

el tipo de actividades a desarrollar y permite evaluar su pertinencia en relación con las necesidades físicas, cognitivas y emocionales de los participantes. Asimismo, se subrayó la importancia de establecer una duración adecuada que no genere fatiga y permita mantener la atención y el disfrute durante todo el proceso.

El contenido de las actividades debe seleccionarse cuidadosamente, priorizando movimientos funcionales, dinámicas recreativas y ejercicios de bajo impacto que fomenten la movilidad y la autonomía. Igualmente, se resaltó la necesidad de incorporar adaptaciones y variaciones que respondan a los diferentes niveles de movilidad del grupo, garantizando que todas las personas puedan participar de manera segura y significativa. También se abordó la relevancia de contar con los materiales apropiados y accesibles, así como la flexibilidad para realizar ajustes en tiempo real según la respuesta física, emocional y cognitiva de los participantes.

Finalmente, se remarcó que la planificación debe contemplar siempre la garantía de un entorno seguro, lo que implica supervisión constante, adecuación del espacio, prevención de riesgos y acompañamiento cercano.

Este enfoque integral permite que las sesiones se desarrollen de manera efectiva, respetuosa y centrada en el bienestar de las personas mayores.

Para finalizar la intervención de Lady Combariza, presentó una reflexión detallada sobre los cambios que se producen en el proceso de envejecimiento y cómo estos influyen directamente en la planificación y ejecución de actividades físicas para personas mayores. Se explicó que el envejecimiento implica transformaciones físicas, cognitivas, emocionales y sociales que deben ser consideradas cuidadosamente al momento de diseñar las sesiones. Entre estos cambios se mencionaron la disminución de la fuerza muscular, la reducción de la flexibilidad, la pérdida gradual del equilibrio y la variación en la capacidad cardiorrespiratoria, factores que requieren un enfoque preventivo y adaptativo para evitar lesiones y promover la autonomía. Igualmente, se destacó que el envejecimiento también conlleva modificaciones a nivel cognitivo y emocional, como variaciones en la memoria, la atención y la velocidad de procesamiento, así como posibles cambios en el ánimo y la motivación. Estas transformaciones hacen fundamental ofrecer un acompañamiento que sea empático, respetuoso y centrado en el bienestar integral, permitiendo que cada participante avance desde sus propias capacidades y ritmos. Se utilizó como apoyo conceptual un cuadro sinóptico elaborado por Vertexmed, tomado de www.udocx.com, el cual permitió comprender de manera visual y estructurada cómo estos cambios inciden en el desarrollo de las actividades.

2. La segunda intervención del fortalecimiento se desarrolló en torno a el refuerzo de la habilidades blandas del talento humano del programa Bogotá en forma, específicamente abordando el tema de **inteligencia emocional**, el tema estuvo a cargo de las psicólogas Daniela Torres y Karina Hernandez del área de Talento Humano.

La sesión inició con la presentación de una serie de acuerdos fundamentales para el trabajo personal y grupal, entre los que se destacaron la importancia de mantener una mente de principiante, adoptar una actitud centrada en el aquí y el ahora, practicar la aceptación radical y evitar emitir juicios. Estos acuerdos fueron planteados como bases necesarias para comprender el concepto de inteligencia emocional y para facilitar una participación consciente y receptiva durante toda la intervención.

TEMAS TRATADOS

Las encargas de la intencionalidad dan comienzo a profundizar en el tema de las emociones realizando una actividad participativa con el talento humano participante, invitó a los contratistas a trabajar en parejas para responder tres preguntas guía: ¿Qué son las emociones?, ¿Qué sabemos de las emociones? y ¿Qué nos enseñaron de las emociones? Esta dinámica buscó activar el reconocimiento personal y colectivo de las experiencias emocionales, permitiendo identificar creencias, aprendizajes culturales y comprensiones intuitivas que cada persona ha construido a lo largo de su vida.

Luego de la discusión por parejas, y la participación de algunos dando a conocer las respuestas al auditorio se retomó la definición formal de inteligencia emocional propuesta por Daniel Goleman (1995), entendida como la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las propias emociones, así como de identificar, interpretar e influir en las emociones de los demás. Esta conceptualización permitió contextualizar el trabajo inicial del ejercicio y brindar un marco teórico sobre el cual se desarrollaría la sesión.

A continuación, la psicóloga Daniela Torres profundizó en el concepto de emociones, explicando que estas son respuestas necesarias, involuntarias y de corta duración, cuyo propósito fundamental es facilitar la adaptación al entorno. Se enfatizó que las emociones no son buenas ni malas en sí mismas, sino señales que cumplen funciones específicas relacionadas con el bienestar, la protección, la supervivencia, la expresión del carácter y la capacidad de reflexionar o replantear situaciones. Con base en esto, los participantes pudieron vincular las ideas surgidas en la actividad inicial con una comprensión más clara de la función adaptativa de las emociones, reconociendo su importancia tanto a nivel personal como en las dinámicas laborales y de acompañamiento dentro del programa.

La segunda actividad de Daniela Torres psicóloga invitó nuevamente a los participantes a trabajar por parejas para realizar un ejercicio de reconocimiento emocional. Cada dupla debía reflexionar cuántas emociones habían experimentado desde el momento en que se despertaron hasta la hora del taller, identificando además el nivel de intensidad con que cada una de esas emociones se había manifestado. Este ejercicio buscó fortalecer la conciencia emocional y permitir que los asistentes reconocieran la variabilidad, frecuencia y profundidad con la que las emociones se presentan en la cotidianidad.

Después del ejercicio de identificación emocional realizado por parejas, la psicóloga profundizó en la manera en que las emociones se expresan en el ser humano. Explicó que toda emoción activa una serie de respuestas que se manifiestan en tres niveles fundamentales: fisiológico, cognitivo y comportamental, los cuales interactúan entre sí y determinan cómo una persona siente, interpreta y actúa frente a diferentes situaciones cotidianas.

1. Respuestas fisiológicas: Se aclaró que las emociones siempre generan una reacción corporal inmediata, incluso antes de que la persona sea consciente de lo que está sintiendo. Estas respuestas son automáticas, involuntarias y determinadas por el sistema nervioso autónomo. Entre los ejemplos mencionados se encuentran:

- Aumento o disminución de la frecuencia cardíaca.
- Cambios en la respiración (aceleración, respiración entrecortada, respiración profunda o contenida).
- Tensión muscular en cuello, mandíbula, hombros o manos.
- Sudoración en manos o frente.
- Sensación de “nudo en la garganta” o “vacío en el estómago”.
- Rubor facial, escalofríos o temblores.

TEMAS TRATADOS

•Sequedad en la boca.

2. Respuestas cognitivas: Se explicó que toda emoción viene acompañada de pensamientos automáticos, interpretaciones y evaluaciones internas. Las respuestas cognitivas determinan el significado que la persona le da a la situación y en gran medida influyen en la intensidad de la emoción. Entre los ejemplos mencionados se encuentran:

•Pensamientos de alerta o anticipación ante el miedo. •Juicios rápidos (“esto es malo”, “no voy a poder”, “esta persona me atacó”). •Interpretaciones basadas en experiencias previas (“cuando me hablan fuerte es porque están bravos”). •Creencias aprendidas en la infancia (“llorar es señal de debilidad”, “hay que aguantarse todo”). •Exigencias internas o autocríticas (“debo hacerlo perfecto”, “no puedo fallar”). •Generalizaciones (“todo siempre me sale mal”, “nadie me escucha”).

3. Respuestas comportamentales: se abordó la dimensión comportamental, es decir, las acciones o reacciones visibles que la emoción genera. Esta es la forma más observable de la emoción y la que generalmente afecta el entorno interpersonal. Entre los ejemplos mencionados se encuentran: •Ira: tono elevado, gestos tensos, discusiones, impulsividad, retraimiento repentino. •Tristeza: bajo nivel de energía, retraimiento social, llanto, lentitud motora. •Miedo: inmovilización, evitación, sobresaltos, necesidad de compañía. •Alegría: sonrisa, expansión corporal, expresividad, disposición a compartir. •Ansiedad: inquietud, movimientos repetitivos, dificultad para concentrarse, necesidad de moverse o hablar más rápido.

Para finalizar esta parte de la intervención, la psicóloga Daniela Torres presentó a los participantes diversas estrategias de regulación emocional basadas en la respiración, explicando la importancia que tienen estas prácticas para disminuir la activación fisiológica, regular la ansiedad y recuperar el equilibrio interno. Cada técnica fue explicada paso a paso y posteriormente puesta en práctica por todos los asistentes, quienes realizaron los ejercicios guiados de manera conjunta.

Las estrategias de respiración mencionadas fueron: Respiración profunda, que consistió en inhalar suavemente por la nariz y exhalar de forma lenta por la boca en forma de “pitillo”, permitiendo reducir la tensión muscular y generar calma inmediata. Ritmo 4-4-8, una técnica que contempla inhalar durante cuatro segundos, retener el aire otros cuatro, y exhalar durante ocho, favoreciendo la activación del sistema nervioso parasimpático. Respiración cuadrada, en la que cada fase del ciclo respiratorio —inhalar, retener, exhalar y volver a retener sin aire— se realiza por cuatro segundos. Esta técnica ayuda a estabilizar la mente, reducir la agitación interna y mejorar la concentración. Tensión—distensión muscular, el cual consiste en inhalar mientras se tensa progresivamente un grupo muscular, mantener el aire por unos instantes y exhalar mientras se relaja la zona previamente tensionada. Esta práctica facilitó que los participantes identificaran la diferencia entre tensión y relajación en su propio cuerpo.

Como estrategia adicional se trabajó el denominado “Botiquín de Gestión Emocional”, la psicóloga explicó que este botiquín funciona como una metáfora de recursos internos y externos de anclaje que pueden ser usados al momento en el que se atraviesan picos emocionales. Entre las propuestas surgieron elementos como palabras de afirmación, olores fuertes, plastilina, alimentis que le guste a cada uno.

TEMAS TRATADOS

Equipo de violencia de prevención de dirección

3. La tercera intervención del encuentro estuvo a cargo de Lady Parra, Adriana Sánchez y Andres Sarmiento profesionales pertenecientes a la oficina de violencia y prevención del área de Dirección del IDRD. Quienes iniciaron su presentación explicando el alcance y la importancia de la Resolución 1037 de 2025, normativa recientemente adoptada por la entidad. Señalaron que dicha resolución deroga la Resolución 981 de 2021 y establece nuevas disposiciones orientadas a fortalecer la promoción, prevención, atención y seguimiento de los casos de violencias, discriminación o acoso dentro del Instituto.

A continuación, las funcionarias pidieron a los participantes leer en voz alta cada una de las diapositivas correspondientes a los tipos de violencia, profundizando en las definiciones de violencia física, psicológica, sexual, económica, patrimonial, simbólica o social, y digital. Mientras se avanzaba en la lectura, adicional fueron aclarando los conceptos y destacando las particularidades de cada modalidad, con el fin de que el grupo pudiera identificar cómo estas violencias pueden manifestarse en diferentes contextos. Para apoyar la comprensión, ofrecieron un ejemplo general que permitió visualizar la aplicación práctica de las definiciones: 1. Violencia física, una persona empuja o golpea a otra durante una discusión, causándole dolor o lesiones. 2. Violencia psicológica, una persona humilla insulta o amenaza repetidamente a otra, afectando su autoestima y bienestar emocional. 3. Violencia sexual, acercamientos físicos de tipo sexual sin consentimiento, como tocar o intentar besar a alguien aprovechando una situación de poder o vulnerabilidad. 4. Violencia económica, impedir que una persona acceda al dinero que gana, o prohibirle buscar empleo para mantenerla en dependencia. 5. Violencia patrimonial, control total de los bienes comunes, retener documentos personales o disponer de las pertenencias de otra persona sin autorización. 6. Violencia simbólica o social, hacer comentarios despectivos sobre una persona basándose en estereotipos de género, orientación sexual o roles sociales. 7. Violencia digital, enviar mensajes agresivos, compartir información privada o difundir contenido ofensivo sobre una persona a través de redes sociales o plataformas en línea.

Después de revisar los tipos de violencia, continuaron la intervención con las diapositivas relacionadas con la diversidad sexual y de género, haciendo énfasis en la importancia de comprender estos conceptos dentro del contexto institucional del IDRD. Lady Parra y Adriana Sánchez explicaron que la diversidad sexual y de género se refiere a la amplia variedad de identidades, orientaciones, expresiones y formas de vivir la sexualidad, todas válidas y dignas de reconocimiento y respeto. Asimismo, se destacó que muchas de las violencias y discriminaciones que se presentan hacia las personas de los sectores LGBTI se originan en desconocimientos o estereotipos profundamente arraigados, por lo cual la formación en este tema es clave para promover prácticas institucionales coherentes con el enfoque de derechos. Las funcionarias invitaron a los participantes a reflexionar sobre la importancia del lenguaje, las actitudes cotidianas y la correcta aplicación de los reglamentos para evitar sesgos o tratos diferenciados que puedan afectar la dignidad o participación de cualquier persona. Se reforzaron la importancia del respeto al nombre identitario que cada persona elige para sí misma. Señalaron que este es un aspecto fundamental de la dignidad y del reconocimiento de la identidad de género. Para ilustrarlo, ofrecieron un ejemplo concreto: mencionaron que e

TEMAS TRATADOS

s indispensable dirigirse a cada participante utilizando el nombre que esa persona indique, tanto de manera verbal como en elementos visibles como las escarapelas, listados, registros o menciones públicas. Explicaron que insistir en usar un nombre anterior o diferente constituye una forma de invalidación y puede ser percibido como una forma de violencia simbólica o discriminación.

La intervención concluyó con la presentación de las diapositivas correspondientes a la Ruta para la Promoción, Prevención, Atención y Seguimiento de los Casos de Violencias, Discriminación o Acoso. Enfatizaron que esta ruta constituye el procedimiento oficial del IDRD para garantizar la atención oportuna, el acompañamiento adecuado y la protección de las personas que puedan verse afectadas por situaciones de vulneración de derechos dentro de la entidad o sus espacios asociados.

Explicaron que la ruta inicia con el reporte del caso, el cual puede hacerse a través del correo institucional, de manera presencial en la oficina de radicación o por medio de otros canales habilitados para este fin. Después del reporte, una persona del Equipo de Prevención de Violencias se comunicará directamente con quien realiza la denuncia o con la presunta víctima, con el propósito de recabar información pertinente y brindar las primeras orientaciones. Posteriormente, se procede a la documentación del caso, etapa en la cual se recopilan los hechos, se analizan los riesgos y se determina el tipo de acompañamiento requerido. Luego se realiza la orientación sobre los derechos, especialmente en materia de salud y acceso a la justicia, para asegurar que la persona conozca las rutas externas y los mecanismos institucionales disponibles para su protección.

También señalaron que la ruta contempla un plan de trabajo, en el que se definen acciones de protección y prevención, incluyendo medidas operativas y administrativas necesarias para evitar la revictimización y garantizar la no repetición.

Finalmente, se explicó que una vez culminadas las acciones pertinentes y verificada la seguridad de la persona afectada, se procede al cierre del caso, siguiendo los lineamientos establecidos en la normativa vigente.

COMPROMISOS					
TEMA		RESPONSABLE		FECHA LÍMITE PARA SU REALIZACIÓN	
EVALUACIÓN Y CIERRE DE LA REUNIÓN					
¿Se logró el objetivo?			SI	x	NO
Observaciones					
Sin novedades					

PRESIDENTE / DELEGADO / JEFE DEPENDENCIA / QUIÉN CONVOCA		SECRETARIO (S) Si en la reunión no se maneja esta delegación coloque N.A.	
FIRMA		FIRMA	N/A
NOMBRE	Libardo Junior Sanchez Tambo	NOMBRE	N/A
CARGO	Contratista - Gestor de persona mayor	CARGO	N/A



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO:

FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BÁSICAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA: 21 11 2025 HORA INICIAL: 7:30 a.m. HORA FINAL: 12:30 LUGAR: SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	CEDEÑO MARTÍNEZ NÉCTOR JULIO	1024462042	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
2	ESPINOSA MARTÍNEZ MARÍA FERNANDA	1014240763	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
3	GONZÁLEZ FLORES YESID FERNANDO	1073603420	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
4	CAICEÑO BERNAL INGRID FERNANDA	1010188938	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
5	VALENCIA VALENCIA JEFFERSON ANDRÉS	1016085353	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
6	BELLO LÓPEZ PETER ALEXANDER	1000880424	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
7	MORENO SEGURA EDUARDO JAVIER	80000654	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
8	GUERRERO GÓMEZ SEBASTIÁN	1000850521	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
9	ANGARITA VARRÓN JORGE ALEJANDRO	1000223053	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
10	QUIROGA ACERO MICHAEL FERNEY	80130384	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
11	RIANO RAMÍREZ JOSÉ GREGORIO	1024517135	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
12	QUIROGA ALFONSO EDWIN ALBEIRO	1002403070	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
13				RECREACIÓN				
14				RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.krd.gov.co/transparencia/acceso-informacion-publica/informacion-publica/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL: V1



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

						DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	CEDANO MARTINEZ HECTOR JULIO	1024482252	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
2	ESPINOSA MARTINEZ MARIA FERNANDA	1014246793	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
3	GONZALEZ FLORES YECID FERNANDO	1073503426	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	CAICEDO BERNAL INGRID FERNANDA	1010108936	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
5	VALENCIA VALENCIA JEFERSON ANDRES	1016095353	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	BELLO LOPEZ PETER ALEXANDER	1030569424	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	MORENO SEGURA EDUARDO JAVIER	80000654	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
8	GUERRERO GOMEZ SEBASTIAN	1000850521	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
9	ANGARITA VARON JORGE ALEJANDRO	1000223053	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
10	QUIROGA ACERO MICHAEL FERNEY	80150364	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
11	RIAÑO RAMIREZ JOSE GREGORIO	1024517135	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
12	QUIROGA ALFONSO EDWIN ALBEIRO	1002403976	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
13				RECREACIÓN				
14				RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V1



LISTADO DE ASISTENCIA

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

EVENO: FORTALECIMIENTO PERSONA MYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

FECHA: 21 11 2025 HORA INICIAL: 7:30 a.m. HORA FINAL: 12:30 LUNAR

SALÓN B IDRD

DELEGACIÓN POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DELEGACIÓN POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	CORREA GONZÁLEZ YONATHAN CAMILO	1033770100	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
2	REYES BARBOSA DENYS VANESA	1032484704	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
3	SILVA MORENO ANGEL FENNEY	1012428804	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
4	RESTREPO CARRASCO JUAN DAVID	1013005505	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
5	ESPINOSA BARBOSA ANDRÉS EDUARDO	1024530379	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
6	NIETO BOTERO JESSICA	1033758581	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
7	OSORIO GÓMEZ ALEJANDRO	1024485489	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
8	LINARES GARCÍA LUIS FRANCISCO	103001001	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
9	MORENO ARIAS LINA MARCELA	1163111352	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
10	NAVARRO VILLALOBOS JHOAN MAURICIO	1033714948	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
11	GATÁN ESCOBAR ANDRÉS FELIPE	1030684071	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
12	PLAZAS GONZÁLEZ BLANCA HERMINA	52773891	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
13	MARTÍNEZ ORTIZ LUISA FERNANDA	1030675753	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
14	RAMOS PÉREZ ANGEL ARMANDO	80440704	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL V.3



LISTADO DE ASISTENCIA

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

FECHA: 21 11 2025 HORA INICIAL: 7:30 a.m. HORA FINAL: 12:30 LUGAR: BALÓN D'ORO

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	OBLIGACIÓN POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	CORREA GONZALEZ YONATHAN CAMILO	1033770106	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
2	BEVER BARRIOSA DENTIS VANESA	1032484704	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
3	SILVA MORENO ANGEL FERNAN	1012828608	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
4	RESTREPO CARRASCO JUAN DAVID	101805529	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
5	ESPINOZA BARBOSA ANDRÉS EDUARDO	1024530378	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
6	NETO BOTERO JESSICA	1033758991	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
7	OSORIO GOMEZ ALEJANDRO	1024895499	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
8	LINARES GARCIA LUIS FRANCISCO	1030851051	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
9	MORENO ARIAS LINA MARCELA	1183111352	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
10	NAVARRO VILLALOBOS JHON MAURICIO	1033714948	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
11	GATIAN ESCOBAR ANDRÉS FELIPE	1030664071	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
12	PLAZAS GONZÁLEZ BLANCA HERMINA	52273891	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
13	MARTÍNEZ ORTIZ LUISA FERNANDA	1030675753	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
14	RAMOS PEREZ ANGEL ARMANDO	80449784	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/informacion-publica/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL-V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDPD

						DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IODD		
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	GARCIA VARGAS SANTIAGO	1136911870	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Santiago G. Garcia</i>			
2	BILBAO TORRES LICETH VANESA	1031173720	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Liceth B. Bilbao</i>			
3	JIMENEZ ARIAS CARLOS ADRIAN	1022350077	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Adrian J. Jimenez</i>			
4	CASTAÑEDA RAMIREZ JEISSON	80056389	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Jeisson C. Castañeda</i>			
5	GRANADOS HUERFANO LUIS MIGUEL	1069743900	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Luis M. Granados</i>			
6	PERICO PRAJAN BRAYAN ANDRÉS	1022404988	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Brayan A. Perico</i>			
7	FORERO AVELLANEDA EFRAIN DAVID	1071167788	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Efrain D. Forero</i>			
8				RECREACIÓN				
9				RECREACIÓN				
10				RECREACIÓN				
11				RECREACIÓN				
12				RECREACIÓN				
13				RECREACIÓN				
14				RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IODD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IODD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL - V.2



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	GARCIA VARGAS SANTIAGO	1136911870	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
2	BILBAO TORRES LICETH VANESA	1031173720	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
3	JIMENEZ ARIAS CARLOS ADRIAN	1022350077	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	CASTAÑEDA RAMIREZ JEISSON	80056389	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	JASON C			
5	GRANADOS HUERFANO LUIS MIGUEL	1069743900	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	PERICO PIRAJAN BRAYAN ANDRES	1022404988	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	FORERO AVELLANEDA EFRAIN DAVID	1071167768	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
8				RECREACIÓN				
9				RECREACIÓN				
10				RECREACIÓN				
11				RECREACIÓN				
12				RECREACIÓN				
13				RECREACIÓN				
14				RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL: V.3



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL RESPONSABLE DEL EVENTO: ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA: 21 11 2025 HORA INICIAL: 7.30 a.m. HORA FINAL: 12.30 LUGAR: SALÓN B IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	CABEZAS PULGARIN JOSE LUIS	1012371517	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
2	BARRIOS SOTO ANA FANSHUT	1023925594	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
3	CARDENAS RODRIGUEZ YENSI NATALIA	1013886026	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	VEGA FRANCO NATALY GISETH	1019033812	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
5	LEMUS GONZALEZ JENNIFER	1013096787	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	TORRES DELGADO JOHANNA PAOLA	52757070	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	ROA GALEANO BRAYAN DAVID	1030652413	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
8	RODRIGUEZ VALENZUELA JEISSON CAMILO	1022964333	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
9	MARTINEZ MARTINEZ MONICA MARIA	1030624350	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
10	VILLABON SANCHEZ ROVISON FERNEY	1030612452	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
11	RENDON CASTILLO BRAYAN STIVEN	1233898355	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
12	SOGAMOSO HIGUERA MARIA PAULA	1030680533	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
13	PIZA MURILLO LUIS FERNANDO	1001054871	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
14	ALCALA GARCIA SANDRA MILENA	1030611863	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
15	CUELLAR RODRIGUEZ JUAN FELIPE	79409337	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
16	VARGAS ABELLA JOHN FREDY	79960691	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
17	MOREA RAMOS ANGIE PAOLA	1030646566	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
18	SARMIENTO CASTAÑEDA JINNA PAOLA	1032412254	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en la Política de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/gobierno/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA: 21 11 2025 HORA INICIAL: 7:30 a.m. HORA FINAL: 12:30 LUGAR:

SALÓN B IDRO

Nº	NOMBRE Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRO		
						ENTRADA	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	RAMÍREZ MORA WENDY TATIANA	1012441187	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Tatiana R.			
2	MENESES CUEVAS YULY PAOLA	52757129	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Yuly C.			
3	RAMÍREZ BARBOSA NICOLÁS ALEJANDRO	1022415902	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Nicolas B.			
4	VARGAS SILVA HAROL MAURICIO	1022409340	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Harol V.			
5				RECREACIÓN				
6				RECREACIÓN				
7				RECREACIÓN				
8				RECREACIÓN				
9				RECREACIÓN				
10				RECREACIÓN				
11				RECREACIÓN				
12				RECREACIÓN				
13				RECREACIÓN				
14				RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRO así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atentamente a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRO: <https://www.idro.gov.co/transparencia/acceso-informacion-publica/normaliza-y-optimiza-instrumentos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.1



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL RESPONSABLE DEL EVENTO: ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA: 21 11 2025 HORA INICIAL: 7:30 a.m. HORA FINAL: 12:30 LUGAR: SALÓN B IDRD

					DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD			
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACION	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	GOPEO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	CABEZAS PULGARIN JOSE LUIS	1012371517	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
2	BARRIOS SOTO ANA FANSHIUT	1023925594	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
3	CARDENAS RODRIGUEZ YENSI NATALIA	1013686026	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	VEGA FRANCO NATALY GISETH	1019033812	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
5	LEMUS GONZALEZ JENNIFER	1013096787	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	TORRES DELGADO JOHANNA PAOLA	52757070	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	ROA GALEANO BRAYAN DAVID	1030652413	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
8	RODRIGUEZ VALENZUELA JEISSON CAMILO	1022964333	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
9	MARTINEZ MARTINEZ MONICA MARIA	1030624350	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
10	VILLABON SANCHEZ ROVISON FERNEY	1030612452	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
11	RENDON CASTILLO BRAYAN STIVEN	1233898355	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
12	SOGAMOSO HIGUERA MARIA PAULA	1030680533	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
13	PIZA MURILLO LUIS FERNANDO	1001054871	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
14	ALCALA GARCIA SANDRA MILENA	1030611863	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
15	CUELLAR RODRIGUEZ JUAN FELIPE	79409337	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
16	VARGAS ABELLIA JOHN FREDY	79960091	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
17	MOREA RAMOS ANGIE PAOLA	1030646566	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
18	SARMIENTO CASTAÑEDA JINNA PAOLA	1032412254	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa-politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.3



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CARDELA GARCÍA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIA POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	RAMÍREZ MORA WENDY TATIANA	1012441187	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	TATIANA R.			
2	MENESES CUEVAS YULY PAOLA	52757128	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	YULY PAOLA			
3	RAMÍREZ BARBOSA NICOLÁS ALEJANDRO	1022415902	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	NICOLÁS A.			
4	VARGAS SILVA HAROL MAURICIO	1022408348	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	HAROL VARGAS			
5				RECREACIÓN				
6				RECREACIÓN				
7				RECREACIÓN				
8				RECREACIÓN				
9				RECREACIÓN				
10				RECREACIÓN				
11				RECREACIÓN				
12				RECREACIÓN				
13				RECREACIÓN				
14				RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, siendo de las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V4



LISTADO DE ASISTENCIA

ANDRES CANDELA GARCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7.30 a.m. HORA FINAL 12.30 LUGAR

SALÓN B IDRD

						DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	BIERRA MUSUBU KAREN VIVIANA	1033815658	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
2	PRADO PACHECO LETICIA	1009548704	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
3	PIRACON CAMARGO DAYANNA ALEXANDRA	1010239821	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
4	SANCHEZ RODRIGUEZ ESTWARD	78771934	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
5	VEGA BERMUDEZ CARLOS ARTURO	79442420	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
6	BELTRAN MORENO ANDRES FELIPE	1022443889	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
7	RODRIGUEZ SANABRIA ANDERSON	80230982	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
8	MARTINEZ RODRIGUEZ JHON ALEXANDER	1012426934	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
9	SANCHEZ CHAPARRO YINETH LORENA	1012385082	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
10	ALDANA HERRERA MARIA FERNANDA	1033743695	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
11	VANEGAS ACHURY ALIX VALENTINA	1030686362	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	[Firma]			
12	RUSINQUE ALDANA SANTIAGO	1012437034	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
13	TRUJILLO BARRIOS MARILUZ	52407639	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	[Firma]			
14	GARCIA CAMACHO CAROLINA	52406504	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
15	CASTRO CASTAÑEDA NATALIA ANGELICA	1233688577	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
16	CARDENAS ACOSTA CRISTHIAN CAMILO	1030623585	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
17	VARON GALVIS ANDREA JACQUELINE	1013621724	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
18	TORRES FONSECA ANGIE VIBIANA	1033762959	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL: V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

						DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	SIERRA MUBUSU KAREN VIVIANA	1033815058	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
2	PRADO PACHECO LETICIA	1009548704	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
3	PIRACON CAMARGO DAYANNA ALEXANDRA	1010239821	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	SANCHEZ RODRIGUEZ ESTWARD	79771934	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
5	VEGA BERMUDEZ CARLOS ARTURO	79442420	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	BELTRAN MORENO ANDRES FELIPE	1022443869	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	RODRIGUEZ SANABRIA ANDERSON	80236982	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
8	MARTINEZ RODRIGUEZ JHON ALEXANDER	1012426934	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
9	SANCHEZ CHAPARRO YINETH LORENA	1012385062	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
10	ALDANA HERRERA MARIA FERNANDA	1033743695	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
11	VANEGAS AGHURY ALIX VALENTINA	1030698392	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
12	RUSINQUE ALDANA SANTIAGO	1012437034	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
13	TRUJILLO BARRIOS MARILUZ	52467639	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
14	GARCIA CAMACHO CAROLINA	52466504	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
15	CASTRO CASTAÑEDA NATALIA ANGELICA	1233688577	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
16	CARDENAS ACOSTA CRISTHIAN CAMILO	1030623585	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
17	VARON GALVIS ANDREA JACQUELINE	1013621724	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
18	TORRES FONSECA ANGIE VIBIANA	1033762959	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

ANDRES CANDELA GARCIA

EVENTO:

FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

FECHA:

21 11 2025

HORA INICIAL

7:30 a.m.

HORA FINAL

12:30

LUGAR

SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	CORTES REDONDO YEIMI PAOLA	1024509919	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
2	HERNANDEZ VARGAS BRAYAN JAVIER	1022410053	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
3	PEREZ AGUIRRE ERIK FABIAN	1010191171	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
4	CHARRY DUCUARA CAMILO ANDRES	79915978	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
5	GROSSO CORTES EDGAR JAVIER	79820767	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
6	RIVERA RODRIGUEZ ANDREA DEL PILAR	52839179	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
7	ARIAS CARDONA BAYRON	1033766954	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
8	LONDOÑO LLANOS JHON JAIRO	1033762508	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
9	DAZA GOMEZ GEOVANNY HERNANDO	79714989	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
10	RESTREPO GUTIERREZ NAUDY LEANDRO	14890050	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
11	PARADA GONZALEZ CAROLINA	52889082	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
12	ESPAÑA BARRANTES NICOLAS	1073710685	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
13	FORERO AREVALO FERNANDO	7166555	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
14	BENAVIDES VANEGAS DIANA CAROLINA	1022372779	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V1



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL RESPONSABLE DEL EVENTO: ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA: 21 11 2025 HORA INICIAL: 7:30 a.m. HORA FINAL: 12:30 LUGAR: SALÓN B IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	CORTES REDONDO YEIMI PAOLA	1024509919	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
2	HERNANDEZ VARGAS BRAYAN JAVIER	1022410653	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
3	PEREZ AGUIRRE ERIK FABIAN	1010191171	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
4	CHARRY DUCUARA CAMILO ANDRES	79915978	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
5	GROSSO CORTES EDGAR JAVIER	79820767	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
6	RIVERA RODRIGUEZ ANDREA DEL PILAR	52839179	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
7	ARIAS GARDONA BAYRON	1033766954	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
8	LONDOÑO LLANOS JHON JAIRO	1033782508	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
9	DAZA GOMEZ GEOVANNY HERNANDO	79714969	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
10	RESTREPO GUTIERREZ NAUDY LEANDRO	14690050	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
11	PARADA GONZALEZ CAROLINA	52889062	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
12	ESPAÑA BARRANTES NICOLAS	1073710665	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
13	FORERO AREVALO FERNANDO	7166555	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
14	BENAVIDES VANEGAS DIANA CAROLINA	1022372779	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V.3



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA: 21 11 2025 HORA INICIAL: 7:30 a.m. HORA FINAL: 12:30 LUGAR:

SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	BOHORQUEZ RINCON ANDRES JULIAN	1069734184	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Andres b			
2	TORRES CALENTURA LILI ELIZABETH	1023020453	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Lili Torres			
3	CUEVAS RINCON SANDY LORENA	1007295773	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	S.lorena@e			
4	CANO CLARTE BRANDON ELIAS	1022996020	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Brandon C.			
5	RODRIGUEZ ROMERO JORGE LUIS	1023019878	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Jorge R			
6	SORIANO GOMEZ MITCHELL LORENA	1018513163	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Mitchell S			
7	DIAZ TAPIA EDNA MARITZA	1032397161	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Edna Diaz			
8	SANTAMARIA BUITRAGO JOHAN GIOVANNY	1023917835	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Johan S			
9	FERREIRA QUIROGA JOHAN DINAEL	1033821291	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Johan F			
10	SARMIENTO RODRIGUEZ KAREN YESSSENIA	1023031039	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Karen S			
11	MOSQUERA DIAZ GUSTAVO ADOLFO	1023006315	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Gustavo M			
12	RUJZ GARAY KAREN DANIELA	1010032845	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Karen R			
13	TORRES ESTUPIÑAN LEIDY TATIANA	1023015421	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Leidy T			
14	ESTRADA RODRIGUEZ JAIME WILSON	11382051	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Jaime E			
15	David Espino Lopez	74244010	Aspirante	RECREACIÓN	David E			
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL- V5



LISTADO DE ASISTENCIA

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	BOHORQUEZ RINCON ANDRÉS JULIAN	1069734184	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Andrés B	IDRD	andres.borquez@idrd.gov.co	30081116
2	TORRES CALENTURA LILI ELIZABETH	1023020493	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Lili Torres			
3	CUEVAS RINCON SINDY LORENA	1007295778	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	S. Lorena	IDRD.		
4	CANO CUARTE BRANDON ELIAS	1022996020	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Brandon C			
5	RODRIGUEZ ROMERO JORGE LUIS	1023019578	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Jorge R			
6	SORIANO GOMEZ MITCHELL LORENA	1018513153	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Mitchell S			
7	DIAZ TAPIA EDNA MARITZA	1032397151	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Edna D			
8	SANTAMARIA BUITRAGO JOHAN GIOVANNY	1023917885	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Johan S			
9	FERREIRA QUIROGA JOHAN DINIEL	1033821291	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Johan F			
10	SARMIENTO RODRIGUEZ KAREN YESSSENIA	1023031039	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Karen S			
11	MOSQUERA DIAZ GUSTAVO ADOLFO	1023006315	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Gustavo M			
12	RUJZ GARAY KAREN DANIELA	1010032845	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Karen R			
13	TORRES ESTUPIÑAN LEIDY TATIANA	1023015421	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Leidy T			
14	ESTRADA RODRIGUEZ JAUME WILSON	11382051	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Jaume E			
15	David Espitia Lopez	74244920	Auxiliar Parque	RECREACIÓN	David E	ID		
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL-V.3



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS GABRIELA GARCÍA

FECHA: 21 11 2020 HORA INICIAL: 7:30 a.m. HORA FINAL: 12:30 LUGAR:

SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTRADA	CIERRE ELECTRONICO	TELÉFONO
1	LEÓN MONTALVO JULIETH PALABRE	1010244667	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Julio León			
2	ESPINOZA MORA MARIA PAULA	1010132202	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	[Firma]			
3	ESPINOZA MORA LINDA YIBETH	1010132198	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	[Firma]			
4	GUADROS MOLINA CRISTIAN YESID	1031140715	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	[Firma]			
5	ROMERO REATEGUI ESTEBAN	1010110747	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	[Firma]			
6	ORJUELA RUIZ OSWALDO	80774518	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	[Firma]			
7	CEVALLOS OLIVARES MONICA ALEJANDRA	1020780541	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	[Firma]			
8	VALENZUELA ZIPARACA MATEO	1020780758	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	[Firma]			
9	OLIVO MORALES MARIO ALBERTO	1070233319	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	[Firma]			
10	JIMENEZ RODRIGUEZ JHON WILLIAMS	80548745	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	[Firma]			
11	EBGUÍVA NAVARRETE JULIETH ANDREA	1018436218	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	[Firma]			
12	COLINA DÍAZ VÍCTOR GIOVANNY	78205956	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	[Firma]			
13	CORTES GARZÓN VIVIAN DANIELA	1000407444	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	[Firma]			
14	MARTÍN CASTELLANOS WILSON	80217520	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	[Firma]			
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL V.3



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRO

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRO

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	LEON MONTALVO JULIETH PAULINE	1010243567	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Julieth Leon			
2	ESPINOSA MORA MARIA PAULA	1019132262	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
3	ESPINOSA MORA LINDA YISSETH	1019132198	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
4	CUADROS MOLINA CRISTIAN YESID	1031149715	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
5	ROMERO REATEGUI ESTEBAN	1019119747	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Esteban R.			
6	ORJUELA RUIZ OSWALDO	80774518	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
7	CEVALLOS OLIVARES MONICA ALEJANDRA	1020780541	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
8	VALENZUELA ZIPASUCA MATEO	1020796756	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
9	OLIVO MORALES MARIO ALBERTO	1079233319	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
10	JIMENEZ RODRIGUEZ JHON WILLIAMS	85548745	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
11	ESQUIVIA NAVARRETE JULIETH ANDREA	1018436218	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
12	COLINA DIAZ VICTOR GIOHANNY	79205059	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	[Firma]			
13	CORTES GARCIA VIVIAN DANIELA	1050457444	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
14	MARTIN CASTELLANOS WILSON	80217529	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRO por escrito a cualquier dependencia y/o área del municipio a realizar el tratamiento sobre los datos personales con base en la legislación en sus Procesos de Producción de Datos Personales, adheriendo a las facultades en ellas señaladas. La Firma puede ser otorgada en la página web del IDRO. Salvo error será responsable de la información suministrada al IDRO. Firmado: [Firma]

GESTION DOCUMENTAL 73



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO:

FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANIAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CÁNDIDA GARCÍA

FECHA

21

11

2025

HORA INICIAL

7:30 a.m.

HORA FINAL

12:30

LUGAR

SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	RODRIGUEZ POLANCO PEDRO ANTONIO	119300098	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
2	MAYORGA CONTRERAS MARIANA VALENTINA	1022433309	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
3	GUTIÉRREZ MAGGI MARCELA	1012359387	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
4	GUEVARA CERÓN HUGO NEL	1022401748	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
5	RAMOS SANTANA WINNER KID	1020826439	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
6	MERCHAN CÁNIO LEIDY STEFANNY	1000127953	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
7	CALLE RODRIGUEZ MARIO ANDRÉS	80200943	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
8	CÁNIO GARCÍA JORDAN ESTEBAN	1012322336	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
9	HURTADO SARA SOFÍA DE JESÚS	1020862350	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
10	MUÑOZ ROJAS EVELIN YURIANI	1020284921	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
11	GARCÓN HERNÁNDEZ LUISA FERNANDA	52771057	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
12				RECREACIÓN				
13				RECREACIÓN				
14				RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Política puede ser consultada en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL-V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

ANDRES CANDELA GARCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

FECHA: 21 11 2025 HORA INICIAL: 7:30 a.m. HORA FINAL: 12:30 LUGAR: SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	RODRIGUEZ POLANCO PEDRO ANTONIO	1193600098	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
2	MAYORGA CONTRERAS MARIANA VALENTINA	1022433309	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
3	GUTIÉRREZ MAGGI MARCELA	1012350387	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	GUEVARA CERON HUGO NEL	1022401748	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
5	RAMOS SANTANA WINNER KID	1020826439	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	MERCHAN CANO LEIDY STEFANNY	1000127953	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	CALLE RODRIGUEZ MARIO ANDRES	80206043	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
8	CANO GARCIA JORDAN ESTEBAN	1012322336	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
9	HURTADO SARA SOFIA DE JESUS	1028882350	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
10	MUÑOZ ROJAS EVELIN YURANI	1026284921	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
11	GARZON HERNANDEZ LUISA FERNANDA	52771657	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
12				RECREACIÓN				
13				RECREACIÓN				
14				RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V3



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	CEPEDA PATIÑO OMAR STIVENSON	1013031107	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
2	LOPEZ MORA KELLY ALEJANDRA	1022303779	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Kloper			
3	PENAGOS CARDENAS JEFERSON ARLEY	1032420558	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	RODRIGUEZ BERNAL DENYS JOHANA	1026294753	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
5	FONSECA CORTES YERSON ANDREI	1023957995	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	FRANCO PADILLA FABIAN ALFONSO	1030559355	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	RIOS MIRANDA NATALIA	1010014473	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
8	CHAVES BETANCUR KEVIN ALEXANDER	1023974654	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Kevin Chaves			
9	DIAZ MUÑOZ NESTOR ALEJANDRO	1012394490	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Nestor D.			
10	ZAMBRANO LADINO ANA MARIA	1001196446	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
11	LOPEZ RUIZ VIVIANA CAROLINA	1030637238	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
12	OCHOA SERGIO MAURICIO	79413589	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
13	CALDERON PEÑA BRAYAN ESTEBAN	1013669209	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
14	MUÑOZ SOUZA DIEGO CARMELO	15876427	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
15	GONZALEZ MONROY SERGIO ANDRES	80116787	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
16	Saenz Chea Cristian Yovani	101027704	INSTRUCTOR Actividad Fisica	RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V.1



LISTADO DE ASISTENCIA

ANDRES CANDELA GARCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7.30 a.m. HORA FINAL 12.30 LUGAR

SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	CEPEDA PATIÑO OMAR STIVENSON	1013631107	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
2	LOPEZ MORA KELLY ALEJANDRA	1022393779	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
3	PENAGOS CARDENAS JEFERSON ARLEY	1032420558	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	RODRIGUEZ BERNAL DENYS JOHANA	1026294753	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
5	FONSECA CORTES YERSON ANDREI	1023957995	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	FRANCO PADILLA FABIAN ALFONSO	1030559355	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	RIOS MIRANDA NATALIA	1010014473	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
8	CHAVES BETANCUR KEVIN ALEXANDER	1023974654	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
9	DIAZ MUÑOZ NESTOR ALEJANDRO	1012394490	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
10	ZAMBRANO LADINO ANA MARIA	1001196446	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
11	LOPEZ RUIZ VIVIANA CAROLINA	1030637238	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
12	OCHOA SERGIO MAURICIO	79413589	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
13	CALDERON PEÑA BRAYAN ESTEBAN	1013669209	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
14	MUÑOZ SOUZA DIEGO CARMELO	15876427	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
15	GONZALEZ MONROY SERGIO ANDRES	80116767	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL: V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	RINCON MARTINEZ IVAN LORENZO	93138389	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
2	RINCON GARAVITO YEISON STIVEN	1015458146	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
3	RAMOS CASTRO JHEMMY DANIELA	1018509207	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1019035048	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
5	PARDO HERREÑO ROBERT GIOVANNY	1000470422	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	80020316	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	RINCON CORREA LEIDY NATALIA	1015464751	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
8	HIDALGO PLAZAS GINNA PAOLA	1023003949	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
9	CARANGUAY CARANGUAY BRENDA SOFIA	1019148425	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
10	CUERVO CORREDOR CESAR IVAN	1071329213	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
11	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1031180202	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
12	GARCIA RINCON PABLO CESAR	79719801	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
13	POSADA ALARCON ANDRES	80072410	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
14	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1002365890	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
15	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1019090488	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
16	JIMENEZ DIAZ HERNAN ALONSO	1019022182	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL: V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

					DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD			
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	RINCON MARTINEZ IVAN LORENZO	93136389	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
2	RINCON GARAVITO YEISON STIVEN	1015468146	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
3	RAMOS CASTRO JHEMMY DANIELA	1018509207	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1019035048	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
5	PARDO HERREÑO ROBERT GIOVANNY	1000470422	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	80020316	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	RINCON CORREA LEIDY NATALIA	1015464751	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
8	HIDALGO PLAZAS GINNA PAOLA	1023003949	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
9	CARANGUAY CARANGUAY BRENDA SOFIA	1019148425	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
10	CUERVO CORREDOR CÉSAR IVAN	1071329213	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
11	BERNAL CAICEDO RUBEN DARIO	1031180202	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
12	GARCIA RINCON PABLO CESAR	79719801	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
13	POSADA ALARCON ANDRES	80072410	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
14	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1002365896	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
15	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1019090488	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
16	JIMENEZ DIAZ HERNAN ALONSO	1019022182	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Política puede ser consultada en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-socorro-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

ANDRES CANDELA GARCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	HURTADO ANDREA FERNANDA	53050587	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
2	BARON GONZALEZ ANDREA KATHERINE	1000578508	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
3	BARON CORREA JOHANA PAOLA	1015451215	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
4	ALDANA CASALLAS JOHJAN STIVEN	1000773667	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
5	TORRES RAMIREZ JOSE ALEXANDER	1013598440	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
6	GONZALEZ RODRIGUEZ SANDRA LUCIA	51979490	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	[Firma]			
7	MEJIA ROMERO IVONE MELISA	1016108857	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
8	ROBLES NARANJO JOHANA CAROLINA	1030557165	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]			
9	Baron Ramirez Camilo Alfonso	1038826244	Auxiliar	RECREACIÓN	[Firma]			
10				RECREACIÓN				
11				RECREACIÓN				
12				RECREACIÓN				
13				RECREACIÓN				
14				RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V.3



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	HURTADO ANDREA FERNANDA	53050587	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	ISRD	andradia.realcas@gu	301637620
2	BARON GONZALEZ ANDREA KATHERINE	1000578568	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	IDRD	andreakb03@gmail.com	319380032
3	BARON CORREA JOHANA PAOLA	1015451215	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	ID		
4	ALDANA CASALLAS JHOJAN STIVEN	1000773607	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	IDRD	jhojmathm@gmail.com	321220
5	TORRES RAMIREZ JOSE ALEXANDER	1013598440	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	IDRD	alexortorres.lic@gmail.com	305398682
6	GONZALEZ RODRIGUEZ SANDRA LUCIA	51979490	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
7	MEJIA ROMERO IVONE MELISA	1016108857	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
8	ROBLES NARANJO JOHANA CAROLINA	1030557105	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
9	Daniel Ramirez Camilo Alfonso	10339782411	Auxiliar	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
10				RECREACIÓN				
11				RECREACIÓN				
12				RECREACIÓN				
13				RECREACIÓN				
14				RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V3



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	BARBOSA MEDINA LAURA ISABEL	1000782316	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
2	MENDOZA FORERO VÍCTOR ELIO	1014256071	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>			
3	JIMÉNEZ FIGUEROA YEISSON DANILO	1233091487	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Yeisson J.			
4	CASTILLO SUSA MARY SOL	52560562	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Marysol C.			
5	PRECIADO PARDO ARBEY	1087116168	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Arbey P.			
6	MONTOYA ANCHILA MARTA ISABEL	36695873	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Marta Isabel			
7	ORTIZ SANDOVAL MARÍA ANGÉLICA	1026277578	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Maria Angel Ortiz			
8	CARRANZA ZULETA YURY MARCELA	52984521	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Yury Marcela			
9	GARCÍA FERNÁNDEZ LUIS ALFREDO	79691278	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Luis Alfredo			
10	PÉREZ SIERRA GABRIEL ALBERTO	1030655882	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Gabriel P.			
11	RICO RENGIFO CHRISTIAN MAURICIO	1193154970	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Christian R.			
12	HIDALGO PLAZAS JOHAN STIWORDS	1030592162	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Johan Stiwors			
13	Servano Sorel Joely	4007028553	I. Act. Física	RECREACIÓN	Joely Servano			
14	Rincon Barrera Nicol Daryna	1141714893	AUX	RECREACIÓN	Nicol Daryna			
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normaliva/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL- V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRO

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRO		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	BARBOSA MEDINA LAURA ISABEL	1000782318	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
2	MENDOZA FORERO VÍCTOR ELIO	1014250071	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
3	JIMÉNEZ FIGUEROA YEISSON DANILO	1233091487	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
4	CASTILLO SUSANA MARY SOL	52500502	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
5	PRECIADO PARDO ARBEY	1087110106	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
6	MONTOYA ANCHILA MARTA ISABEL	30095873	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
7	ORTIZ SANDOVAL MARIA ANGELICA	1020277578	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
8	CARRANZA ZULETA YURY MARCELA	52984521	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
9	GARCIA FERNANDEZ LUIS ALFREDO	79991278	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
10	PÉREZ SIERRA GABRIEL ALBERTO	1030655082	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
11	RICO RENGIFO CHRISTIAN MAURICIO	1193154970	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
12	HIDALGO PLAZAS JOHAN STEWARTS	1030592162	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
13	Serrano Suarez Joery	1007028533	I.A.C.I.Física	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
14	Rincon Baileo Nicoll	1717974898	AUX	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>			
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRO así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRO: <https://www.idro.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas> Incentivos manuales

GESTION DOCUMENTAL V1



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

					DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD			
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	MORENO BURGOS JOHN ALEXANDER	80801902	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
2	ROMERO CARRILLO PAOLA ANDREA	1032446587	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
3	CHAVEZ RODRIGUEZ JOHN FREDY	80871967	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	RUBIO BEJARANO ANDRES FELIPE	1016108754	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
5	NOGUERA HERNANDEZ JULIAN DAVID	1014200291	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	MUÑOZ ROZO BRAYAN ORLANDO	1018468780	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	CALDERON RAMIREZ FABIAN DAVID	1010003957	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
8	CHIRIVI CASTRO EMILY	1000832528	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
9	JARAMILLO CARDENAS RICHARD AXEL	1026299620	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
10	CUERVO ROMERO OSCAR IVAN	80896943	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
11	SANCHEZ TOVAR DANIEL DE JESUS	1014274115	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
12	CORREDOR DOMINGUEZ NICOLÉ DAYANNA	1019151065	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
13	COBALEDA ANGARITA CAMILA	1032472501	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
14	SILVA ZAMBRANO RAUL ANDRES	1013606356	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL V.3



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRO

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRO		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	MORENO BURGOS JOHN ALEXANDER	60901802	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
2	ROMERO CARRILLO PAOLA ANDREA	1032448587	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
3	CHAVEZ RODRIGUEZ JOHN FREDY	80871667	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	RUBIO BEJARANO ANDRES FELIPE	1016108754	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
5	NOGUERA HERNANDEZ JULIAN DAVID	1014200291	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	MUÑOZ ROZO BRAYAN ORLANDO	1018468780	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	CALDERON RAMIREZ FABIAN DAVID	1010003957	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
8	CHIRIVI CASTRO EMILY	1000832528	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
9	JARAMILLO CARDENAS RICHARD AXEL	1026299620	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
10	CUERVO ROMERO OSCAR IVAN	80896543	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
11	SANCHEZ TOVAR DANIEL DE JESUS	1014274115	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
12	CORREDOR DOMINGUEZ NICOLD DAYANNA	1019151085	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
13	COBALEDA ANGARITA CAMILA	1032472501	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
14	SILVA ZAMBRANO RAUL ANDRES	1013606356	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRO así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRO: <https://www.idro.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL- V3



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL RESPONSABLE DEL EVENTO ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR SALÓN B IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	SILVA CAICEDO GABRIELA	1031182726	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	<i>Gabriela Silva</i>			
2	PLIN ROZO JOHN FREDY	79963959	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>John Fredy Plin</i>			
3	RODRIGUEZ NARVAEZ JHON SEBASTIAN	1057595572	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Jhon Sebastian Rodriguez</i>			
4	REYES CONTRERAS DAVID MATEO	1015467645	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>David R.</i>			
5	LINARES GOMEZ STEFANNY MICHELL	1021512732	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Stefanny L.</i>			
6	RODRIGUEZ BERNAL WENDY JOHANA	1026294754	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Wendy R.</i>			
7	BUSTOS OCAMPO ORMINSON DAVID	1233512820	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Orminson B.</i>			
8	MUÑOZ BAQUERO WILLIAM STIVEN	1010219652	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>William M.</i>			
9	MEDINA BOLIVAR ERVIN HARLEY	1024516053	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Ervin Medina</i>			
10	LEON MARIN ANGEL MAURICIO	80227118	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Angel Leon</i>			
11	ORTIZ CAMACHO BRAYAN FERNEY	1233498941	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Brayan Ortiz</i>			
12	VALBUENA CAMACHO HELBERT GUILLERMO	80219712	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Helbert V.</i>			
13				RECREACIÓN				
14				RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V3



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO PERSONA MAYOR HABILIDADES BLANDAS PARA LA TRANSFORMACIÓN INSTITUCIONAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 21 11 2025 HORA INICIAL 7:30 a.m. HORA FINAL 12:30 LUGAR

SALÓN B IDRD

						DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	SILVA CAJEDO GABRIELA	1031182726	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN				
2	PUIB ROZO JOHN FREDY	79963959	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
3	RODRIGUEZ NARVAEZ JHON SEBASTIAN	1057595572	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
4	REYES CONTRERAS DAVID MATEO	4045487845	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
5	LINARES GOMEZ STEFFANNY MICHELL	1021512732	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
6	RODRIGUEZ BERNAL WENDY JOHANA	1026294754	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
7	BUSTOS OCAMPO ORMINSON DAVID	1233512820	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
8	MUÑOZ BAZUERO WILLIAM STEVEN	1010219652	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
9	MEDINA BOLIVAR ERVIN HARLEY	1024516053	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
10	LEON MARIN ANGEL MAURICIO	80227118	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
11	GORTIZ CAMACHO BRAYAN FERNET	1233498941	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
12	VALBUENA CAMACHO HELBERT GUILLERMO	80219112	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN				
13				RECREACIÓN				
14				RECREACIÓN				
15				RECREACIÓN				
16				RECREACIÓN				
17				RECREACIÓN				
18				RECREACIÓN				

Con la excepción del presente fortalecimiento, el IDRD es como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre sus datos personales con apego a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <http://www.idrd.gov.co/transparenta> acceso información pública/informativa/políticas. Instrumentos manuales

GESTION DOCUMENTAL V.8



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: Fortalecimiento Persona Mayor y habilidades blandas RESPONSABLE DEL EVENTO: Andres Cardela
FECHA: 24 11 2025 HORA INICIAL: 7:30 HORA FINAL: 12:30 LUGAR: IDRD - Salon B

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACION	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	Ariel Leonardo Ootres	109055349	AP. UOQ.	Recreación	<i>[Signature]</i>			
2	Julioth Parra Kopp	52317078	Contratista	Recreación	<i>[Signature]</i>			
3	Lisardo Junior Jander Tarbo	102449634	Contratista	Recreación	<i>[Signature]</i>			
4	Yenny Maria Pedras Rivera	110320985	Contratista	Recreación	<i>[Signature]</i>			
5	María Fernanda Vanejos Nieto	1000046806	Contratista	Recreación	<i>[Signature]</i>			
6	Julio Cesar Palacios Pinillo	80192363	Contratista	Recreación	<i>[Signature]</i>			
7	Jenny Uliana Villamón Díaz	103292666	Contratista	Recreación	<i>[Signature]</i>			
8	Kimberly Torres Díaz	1016012885	Contratista	Recreación	<i>[Signature]</i>			
9	Jessica Rodríguez Sánchez	1013618186	Técnico Oper.	Recreación	<i>[Signature]</i>			
10	Cesar Augusto Murcio Calderón	00155541	Contratista	Recreación	<i>[Signature]</i>			
11	Lady Johanna Combariza Pulido	53112542	Técnico Oper.	Recreación	<i>[Signature]</i>			
12	Luz Amparo Rodríguez S.	66827964	Contratista	Recreación	<i>[Signature]</i>			
13								
14								
15								
16								
17								
18								

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia/acceso-informacion-publica/informacion-publica/informacion-publica-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.5



Si no maneja consecutivo coloque N.A.	COMITÉ/REUNIÓN: Fortalecimiento comunidad general y habilidades		DD	MM	AA
ACTA No.	blandas		24	11	2025

LUGAR:	IDRD - Salón A	HORA DE INICIO:	7:00	HORA FIN:	13:30
---------------	----------------	------------------------	------	------------------	-------

ASISTENTES		
NOMBRE	CARGO	DEPENDENCIA
Se anexa listado de asistencia		

ORDEN DEL DIA	
1. Socialización de XII curso nacional de actividad física	4.
2. Practica Aerobeat - comunicación asertiva y habilidades blandas con los usuarios	5.
3. Aerobeat - Protegiendo a los usuarios	6.

TEMAS TRATADOS
1. El fortalecimiento de comunidad general inicia con la intervención de la metodóloga Lady Combariza dando la bienvenida a los contratistas participantes del fortalecimiento e indicando que se dará comienzo a la parte teórica socializando lo trabajado el XII Curso Nacional de Actividad Física Dirigida Grupal Por parte de los instructores de actividad física que asistieron con el fin de fortalecer el manejo adecuado de las sesiones con los usuarios. Luis Linares Instructor de actividad física abrió el espacio socializando que los asistentes participaron en el XII Curso Nacional de Actividad Física Dirigida Grupal, realizado en Pereira y liderado por el Ministerio del Deporte. Señaló que el propósito central del curso fue fortalecer las herramientas teórico–prácticas que permitan mejorar el impacto de las intervenciones comunitarias orientadas a la promoción de la actividad física y la calidad de vida de la población beneficiaria. Presentó los conceptos básicos trabajados en la capacitación: la importancia de comprender que se entiende por actividad física, inactividad física y comportamiento sedentario. Indicó que la actividad física incluye todo movimiento corporal que implique gasto energético, mientras que la inactividad física y los periodos prolongados de sedentarismo son factores que aumentan el riesgo de enfermedades crónicas. Resaltó que, como promotores comunitarios, existe la responsabilidad de garantizar que los beneficios de la actividad física lleguen a todos los grupos poblacionales. Erick Pérez Instructor de actividad física continuó la reunión presentando las prácticas de Taichí y Chi Kung, consideradas durante el curso como herramientas útiles para el bienestar físico y emocional en diferentes grupos, incluida la persona mayor. Explicó que ambas prácticas tienen raíces orientales, siendo el Chi Kung una disciplina

TEMAS TRATADOS
milenaria centrada en la respiración, energía interna y movimientos simétricos, mientras que el Taichí, originado entre siglos XVII y XIX, se caracteriza por movimientos continuos, profundos y secuencias que pueden incluir asimetría.
El instructor fue enfático en recordarle a sus compañeros que será una actividad de sesión física que será implementada para la siguiente vigencia, por lo cual es importante capacitarse en los principios fundamentales para la práctica segura: postura alineada, relajación corporal y respiración consciente. Asimismo, describió la secuencia general de una sesión de Taichí presentada en el curso y la utilidad de la Forma 10 estilo Yang, que contribuye al equilibrio, estabilidad, concentración y movilidad del cuerpo, siendo una herramienta adaptable a procesos comunitarios con población adulta.
Jinna Sarmiento Instructora de actividad física presentó la explicó el enfoque JOVEN HEVS, una propuesta que integra elementos de rumba, aeróbicos, entrenamiento funcional y ritmos musicales modernos para promover la actividad física en población joven. Señaló que esta metodología resulta útil para dinamizar los espacios comunitarios, fortaleciendo habilidades como coordinación, ritmo, resistencia y motivación hacia la actividad física regular.
Adicionalmente, Jinna desarrolló los métodos de construcción, haciendo énfasis en el método de sumatoria, que consiste en incorporar movimientos de manera progresiva hasta estructurar una secuencia completa.
Destacó que este método es flexible y permite adaptar la complejidad según las capacidades del grupo, alineándose con las orientaciones entregadas por el Ministerio del Deporte para intervenciones seguras y de calidad.
A continuación, se retomó la exposición a cargo de Luis Linares en la estrategia denominada “Fuertemente Activos”, la cual promueve nuevas formas de movimiento orientadas al fortalecimiento muscular mediante autocargas, entrenamiento funcional y calistenia como herramientas accesibles para la comunidad. Se resaltó que estas tendencias permiten mejorar fuerza, equilibrio, resistencia y movilidad en diferentes grupos poblacionales, especialmente en espacios comunitarios con tiempo limitado.
Se enfatizó la iniciativa promovida por el Ministerio del Deporte conocida como “Snacks de Movimiento”, explicando que consiste en realizar pequeñas pausas activas de al menos un minuto de duración durante la jornada diaria. Señaló que esta estrategia busca contrarrestar los efectos del comportamiento sedentario caracterizado por permanecer largos periodos sentados o inactivos. Se recordó la importancia de estas pausas para activar la circulación, elevar la frecuencia cardiaca, estimular los músculos y disminuir el riesgo de enfermedades asociadas al sedentarismo.
Como parte de la sesión, se realizó una práctica demostrativa de máximo dos minutos, en la cual se desarrolló una secuencia sencilla de movimientos de fuerza que los participantes podrían replicar posteriormente con la comunidad.
La secuencia incluyó: Sentadilla lateral, Estocada anterior, Flexión de codo (tipo bíceps o autocarga), Escaladora (mountain climber). Esta práctica permitió experimentar directamente los beneficios de los Snacks de Movimiento, demostrando que es posible realizar actividad física efectiva en lapsos cortos sin necesidad de implementos adicionales Asimismo, se reforzó la importancia de conocer y vivenciar los métodos de entrenamiento para poder dosificar adecuadamente las cargas, adaptarlas a los diferentes grupos y fomentar una práctica segura y sostenible en la comunidad.
Luis Linares retomó la palabra para presentar el contenido correspondiente a la Gimnasia Aeróbica Musicalizada,

TEMAS TRATADOS
haciendo una conexión directa con el programa Bogotá en Forma, donde esta modalidad se trabaja bajo el nombre de
sesión de Aerobeat explicó que este enfoque tiene como propósito principal estimular el sistema cardiorrespiratorio
mediante movimientos coreográficos estructurados, ejecutados de manera continua, ordenada y adaptados al nivel del
grupo participante. El instructor nombra en lo que se fomenta la sesión de Aerobeat • La coordinación entre música
y movimiento. • La progresión de pasos que incrementan intensidad. • El uso de secuencias coreográficas construidas
con métodos específicos. • El mantenimiento de una ejecución continua que favorece la resistencia cardiovascular. Así
mismo indica tener presente los diferentes metas de construcción y enfatiza no trabajar siempre el mismo, entre los
cuales están: método de reducción, método sumatorio, método progresivo.
Para finalizar Luis Linares continuó con la exposición referente a la modalidad de Rumba, explicando que esta
constituye un componente clave dentro del enfoque de actividad física comunitaria. Señaló que la Rumba, al igual
que Aerobeat, se fundamenta en el trabajo cardiorrespiratorio a través de secuencias de pasos rítmicos apoyados
en géneros musicales variados, entre ellos ritmos afro-latinos, folclor nacional e internacional, urbanos y otros géneros
que permiten dinamizar la sesión y mantener una intensidad moderada y segura para los participantes.
El instructor explicó que para el desarrollo adecuado de una sesión de Rumba es indispensable contemplar tres
momentos esenciales: 1. Antes de la clase (Preparación): planificación del calentamiento, parte central y vuelta a la
calma, selección de música adecuada al nivel del grupo. adaptación de los pasos a las capacidades de los
participantes; 1. Durante la clase (Ejecución): mantener una actitud positiva y energética, dar comandos claros,
anticipación de movimientos y correcciones posturales, motivar constantemente mediante refuerzo verbal y contacto
visual, controlar la intensidad según la respuesta del grupo.
Los contenidos trabajados durante la primera parte del fortalecimiento fortalecen no solo las competencias técnicas
de los instructores, sino también habilidades blandas esenciales para el trabajo con la comunidad participante.
Estas prácticas exigen comunicación asertiva al explicar secuencias y comandos; empatía para adaptar los ejercicios
según las capacidades de cada usuario; liderazgo positivo para motivar y guiar al grupo; creatividad para diseñar
sesiones dinámicas y accesibles; y trabajo en equipo para coordinar intervenciones seguras y coherentes. Asimismo,
la ejecución de rutinas controladas y la observación constante del estado del grupo fomentan la toma de decisiones
oportunas, mientras que las prácticas orientadas a la respiración y la postura favorecen la gestión emocional del
facilitador. En conjunto, estas habilidades permiten ofrecer sesiones más humanas, seguras, motivadoras e inclusivas,
fortaleciendo la relación con los usuarios y mejorando la calidad de los procesos comunitarios orientados al bienestar
y la salud.
2. Se da inicio en la segunda parte del fortalecimiento la parte práctica, que conectara con la siguiente intervención
teórica. La parte práctica dio inicio con la sesión de Aerobicos dirigida por los instructores Tatiana torres, Erik Pérez
Johan Navarro, Miguel Granados que tuvo como fin mostrar a los demás participantes la forma en la que orientan la marca
privada de AEROLOGIC. La segunda sesión de Aeróbicos fue dirigida por los instructores Andrea Varón, Alejandro,
Ramírez, Jinna Sarmiento, Camila Cobaleda que tuvo como fin mostrar a los demás participantes la forma en la que

TEMAS TRATADOS
dirige la marca privada DANZIKA. Por último la tercera sesión de Aeróbicos estuvo a cargo de la gestora de
comunidad general Liliana Villamarin, el metodólogo Edwin Camacho, la metodóloga Lady Combariza y los instructores
Evelin Muños y Johan Hidalgo, que tuvo como fin demostrar la forma en la que el programa Bogotá en forma
del Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD), realizará de ahora en adelante la sesión de Aerobeat; con el fin
de no hacer uso de pistas musicalizadas y los movimientos de marcas privadas,.
3. Para fortalecer la parte practica la metodóloga Lady Combariza da reconocimiento de las personas que han sido
fundamentales para el desarrollo histórico de los aeróbicos a nivel mundial. Destacó que el programa Bogotá en Forma
no surge como una marca privada, sino que es el resultado de múltiples influencias, investigaciones y aportes de
entrenadores, metodólogos y referentes internacionales. Dentro de estas figuras mencionó a Kenneth H. Cooper,
Gabriela Retamar, Mike B – Dulces 16 Aerobic, Cada Conti, Domingo Sánchez y Jane Fonda, quienes han contribuido
a consolidar los métodos, técnicas y fundamentos que hoy estructuran las sesiones de actividad física musicalizada y
los procesos pedagógicos que los instructores reproducen en territorio. Se explicó que estos referentes permitieron
construir una base sólida sobre la que se desarrolla actualmente el enfoque metodológico del programa, especialmente
en lo relacionado con el diseño de secuencias coreográficas, la progresión del movimiento y la integración de
componentes de resistencia, coordinación y memoria musical. Señaló que reconocer la trayectoria de estas figuras
permite comprender la evolución del aeróbico como disciplina y reforzar la importancia de aplicar lineamientos técnicos
adecuados durante las sesiones dirigidas a los usuarios del programa.
Posteriormente, se mencionó el objetivo de la sesión de Aerobeat, elemento central
dentro de la metodología de actividad física musicalizada del programa Bogotá en Forma. Explicó que el propósito
principal de Aerobeat es realizar secuencias de movimientos bilaterales al ritmo de la música, empleando pasos
convencionales del aeróbico para construir coreografías fluidas, llamativas y novedosas. Señaló que estas secuencias
están diseñadas para potenciar capacidades físicas fundamentales como la resistencia cardiorrespiratoria, la
coordinación motriz y la memoria; componentes esenciales para fomentar la práctica frecuente y la adherencia
sostenida de los usuarios al programa.
En el marco del fortalecimiento de habilidades blandas durante las dos semanas previas a la jornada presencial se llevó
a cabo una estrategia de reflexión a través de WhatsApp. Se enviaron seis (6) fotografías acompañadas de frases
orientadas a cuestionar y mejorar las prácticas de los instructores. Este ejercicio tuvo como propósito promover
habilidades blandas clave como la autocrítica, la conciencia profesional, la responsabilidad pedagógica, la empatía
con el usuario, y la toma de decisiones seguras durante las sesiones. Las frases motivaron a los instructores a analizar
si sus clases favorecían la seguridad, la claridad y la inclusión, o si por el contrario estaban generando confusión,
sobrecarga o posibles lesiones. Entre las reflexiones compartidas se destacan: “Si tú te pierdes, ¿qué esperamos
del usuario?”, “Los giros, saltos y twist lastiman. No lo digo yo, lo dice la historia”, “Si ninguna sesión requiere
experiencia, ¿por qué Aerobeat es la excepción?”, “Tus padres podrían seguir tus secuencias”, “¿Planeaste
para todos o para los aerobiqueros?”, “Las mejores sesiones son las que enamoran, no las que confunden”. Estas

TEMAS TRATADOS
frases reforzaron la importancia de planear desde la empatía, comunicar con claridad, priorizar la seguridad articular y adaptar las secuencias al nivel real del grupo, fortaleciendo así la calidad humana y pedagógica del talento humano.
El metodólogo continuó la presentación profundizando en las fases de la sesión de Aerobeat, destacando la importancia de mantener una progresión metodológica coherente para asegurar la efectividad, seguridad y adherencia de los usuarios. Explicó que la sesión está compuesta por tres fases fundamentales: fase inicial, fase central y fase final, cada una con propósitos específicos dentro del proceso de acondicionamiento y activación.
En la fase inicial, se indicó que se desarrollan movimientos destinados a preparar el sistema cardiorrespiratorio, osteomuscular y nervioso. Esta etapa incluye movilidad articular, activación progresiva de la frecuencia cardíaca y repetidores estáticos sin coreografía. También es el momento en el que se realiza la bienvenida, se presenta el objetivo de la sesión y se brindan recomendaciones básicas, fortaleciendo así la comunicación y la claridad metodológica para los usuarios.
La fase central fue descrita como el eje de la sesión, donde se incorporan los pasos básicos primarios y secundarios, la progresión de movimientos, los métodos de construcción coreográfica y las secuencias bilaterales al ritmo de la música. En esta etapa se potencia la coordinación, la resistencia y la memoria motriz, siguiendo curvas de intensidad previamente establecidas. Se enfatizó la necesidad de adaptar los movimientos al nivel real del grupo y utilizar comandos claros (verbales y visuales) para garantizar que todos los usuarios puedan seguir la secuencia sin riesgo de confusión ni lesiones.
Finalmente, en la fase final, se explicó que se busca disminuir gradualmente la intensidad mediante movimientos de menor amplitud, ejercicios de respiración, vuelta a la calma y estiramientos estáticos. Además, se ofrecen recomendaciones para favorecer la recuperación ventilatoria, junto con retroalimentación y agradecimiento a los asistentes. Esta etapa cierra la sesión con énfasis en el cuidado articular, la conciencia corporal y la importancia de mantener una práctica regular y segura.
Durante la presentación, el metodólogo explicó la estructura de las curvas de intensidad como un componente esencial de la planificación y ejecución de la sesión de Aerobeat. Señaló que estas curvas permiten regular de manera progresiva el esfuerzo físico, garantizando una adecuada activación, un trabajo central efectivo y una recuperación segura. La curva se divide en tres momentos claramente diferenciados: fase inicial (FI), fase central (FC) y fase final (F. Final), cada una con rangos específicos de duración, frecuencia cardíaca y percepción del esfuerzo.
La fase inicial, con una duración aproximada de 7 a 8 minutos, contempla una frecuencia cardíaca entre 140 y 150 BPM y una percepción del esfuerzo (EPE) entre 0,5 y 2, favoreciendo un aumento gradual del ritmo cardíaco y la preparación fisiológica necesaria para el trabajo posterior. En esta fase se desarrollan movilidad articular, activación muscular y movimientos básicos que permiten al usuario adaptarse al tempo musical y a la sesión que inicia.
La fase central, de alrededor de 35 minutos, constituye el punto de mayor intensidad dentro de la sesión. Se trabaja en un rango de 150 a 160 BPM con una percepción del esfuerzo entre 3 y 4, lo cual permite desarrollar la resistencia cardiorrespiratoria, la coordinación y la memoria coreográfica. Esta etapa incluye el uso de métodos de construcción,

TEMAS TRATADOS
progresiones y secuencias bilaterales, siendo fundamental mantener una técnica segura y una dosificación adecuada para no sobrepasar las capacidades del grupo.
La fase final comprende aproximadamente 7 a 8 minutos, disminuyendo gradualmente la intensidad hacia una frecuencia cardíaca entre 150 y 140 BPM y una percepción del esfuerzo que retorna al rango de 3 a 0,5. En este momento se incorporan movimientos suaves, respiración, vuelta a la calma y estiramientos estáticos, favoreciendo la recuperación ventilatoria y el retorno seguro a la frecuencia cardíaca basal.
Posteriormente, la metodóloga Lady Combariza y la gestora de actividad física Liliana Villamarín tomaron la palabra para realizar una demostración práctica de los pasos básicos y secundarios, con el propósito de fortalecer la comprensión técnica y corporal de los instructores asistentes. Ambas enfatizaron la importancia de dominar estos pasos como base para la construcción de secuencias coreográficas seguras, limpias y funcionales dentro de las sesiones de Aerobeat. Explicaron que los pasos básicos primarios —tales como marcha, balance y repetidores estáticos— son movimientos fundamentales que no derivan de ningún otro y permiten establecer la estructura inicial de cualquier rutina al definir ritmo, dirección y postura desde el punto de origen.
Durante la demostración, Lady y Liliana presentaron también los pasos básicos secundarios, los cuales surgen como variaciones directas de los primarios e incrementan la dinámica del movimiento, incluyendo paso rodilla, paso talón, desplazamientos y pasos de transferencia. Subrayaron la importancia del punto de origen, señalando que cada paso debe iniciar y finalizar en el mismo lugar para mantener el orden espacial, evitar desplazamientos unilaterales y garantizar la seguridad de los usuarios, especialmente en clases con alta participación.
De manera especial, las instructoras realizaron la demostración de los comandos visuales que serán utilizados oficialmente dentro del programa Bogotá en Forma, destacando su papel fundamental en la anticipación del movimiento, la guía corporal y la fluidez de la sesión. Explicaron que estos comandos permiten dirigir al grupo incluso cuando el usuario no está observando directamente, evitan interrupciones innecesarias de la música y fortalecen la comunicación pedagógica dentro de la clase. La práctica permitió a los asistentes observar y ejercitar la técnica adecuada, favoreciendo el dominio corporal, la claridad en la enseñanza y la aplicación segura de los lineamientos metodológicos del programa.
El correcto manejo de los comandos visuales y verbales fortalece de manera directa diversas habilidades blandas en los instructores. La claridad al anticipar un movimiento, la precisión del gesto corporal y la oportunidad del comando fomentan la comunicación asertiva, al permitir que los usuarios comprendan con facilidad lo que deben hacer, incluso cuando no observan directamente al instructor. A su vez, el uso adecuado de estos comandos refleja empatía, ya que se orienta a que todas las personas —sin importar su nivel o experiencia— puedan seguir la clase sin sentirse confundidas o rezagadas. Además, favorece el liderazgo positivo, pues un instructor que guía con seguridad, orden y coherencia transmite confianza y motiva al grupo. En este sentido, los buenos comandos se convierten en una herramienta pedagógica y humana que mejora la relación con los usuarios, reduce la incertidumbre, previene errores de ejecución y genera sesiones más incluyentes, accesibles y respetuosas del ritmo de cada participante.

TEMAS TRATADOS
Posteriormente, el metodólogo Edwin Camacho retomó la presentación para profundizar en los movimientos
contraindicados y en la necesidad de proteger la integridad física de los usuarios durante las sesiones del programa.
Señaló que, en ocasiones, por intentar diversificar o hacer más “llamativas” las rutinas, se incorporan giros, twist,
saltos, desplazamientos bruscos o movimientos de alto impacto que no son adecuados para la mayoría de
participantes, especialmente cuando no se cuenta con las condiciones óptimas de superficie, calzado o preparación
músculo-tendinosa. Explicó que este tipo de movimientos incrementan el riesgo de lesiones como síndrome
femororrotuliano, desgarros de menisco, tendinopatías del tendón de Aquiles, artrosis y otros deterioros articulares,
lo cual puede generar afectaciones de mediano y largo plazo en la salud de los usuarios.
Edwin resaltó que, como instructores, es imprescindible adoptar una postura responsable y consciente frente a la
planificación de las sesiones. Indicó que una clase bien diseñada no requiere movimientos riesgosos para ser
dinámica, y que la prioridad debe ser siempre la seguridad, la técnica adecuada y el respeto por las capacidades
reales de la población. Invitó a reflexionar sobre preguntas clave como: “¿Es necesario este movimiento?”,
“¿Cuál es el objetivo pedagógico de la clase?”, “¿Estoy pensando en mi salud y la de los usuarios a largo plazo?”.
Estas preguntas, según explicó, orientan al instructor hacia decisiones más seguras, preventivas y coherentes
con los lineamientos del programa.
También enfatizó que cuidar a los usuarios implica respetar las fases de la sesión, utilizar calzado adecuado,
evitar sobrecargas y planificar progresiones que no comprometan las articulaciones ni generen fatiga excesiva.
Recordó que el instructor debe ser un modelo de autocuidado y profesionalismo, y que la responsabilidad pedagógica
incluye prever riesgos, ajustar movimientos y garantizar que todos los participantes puedan realizar la clase de
manera cómoda, segura e inclusiva. Finalmente, reiteró que una buena sesión no se mide por su dificultad, sino por su
capacidad de enamorar, motivar y cuidar al usuario desde la técnica, la claridad y la empatía.
El fortalecimiento culminó con una actividad práctica aplicada, en la cual el talento humano participante fue dividido e
diez (10) grupos para desarrollar un ejercicio de planificación y puesta en escena. Cada grupo recibió la instrucción
de diseñar una sesión completa, integrando todos los elementos revisados durante el proceso de fortalecimiento: pasos
básicos y secundarios, comandos visuales y verbales, punto de origen, métodos de construcción coreográfica,
progresión de intensidad, modificaciones seguras y cuidado articularan diez (10) grupos para desarrollar un ejercicio
de planificación y puesta en escena. Cada grupo recibió la instrucción de diseñar una sesión completa, integrando
todos los elementos revisados durante el proceso de fortalecimiento: pasos básicos y secundarios, comandos visuales
y verbales, punto de origen, métodos de construcción coreográfica, progresión de intensidad, modificaciones seguras
y cuidado articular.
Los equipos trabajaron de manera colaborativa para estructurar una planificación coherente y funcional, asegurando
que la sesión fuera segura, bilateral, progresiva y ajustada a los lineamientos del programa Bogotá en Forma.
Esta actividad permitió observar la aplicación real de los conocimientos adquiridos, fomentar el análisis crítico y
fortalecer habilidades blandas como trabajo en equipo, liderazgo, comunicación asertiva y toma de decisiones

[illegible]

COMPROMISOS						
TEMA		RESPONSABLE		FECHA LÍMITE PARA SU REALIZACIÓN		
Reforzar la comunicación y entorno de habilidades blandas con los usuarios.		Instructores de actividad física		Permanente		
No hacer uso de pistas musicalizadas y los movimientos de marcas privadas		Instructores de actividad física		Permanente		
Usar los comandos marca RecreoVia		Instructores de actividad física		Permanente		
EVALUACIÓN Y CIERRE DE LA REUNIÓN						
¿Se logró el objetivo?			SI	☒	NO	☐
Observaciones						
Sin novedad						

Siendo las 13:30 se da por terminado el comité/reunión, en constancia firman:

PRESIDENTE / DELEGADO / JEFE DEPENDENCIA / QUIÉN CONVOCA		SECRETARIO (S) Si en la reunión no se maneja esta delegación coloque N.A.		
FIRMA		FIRMA		
NOMBRE	Lady Johana Combariza Pulido	NOMBRE		
CARGO	Técnico 314-10	CARGO		

NOMBRE COMPLETO DE QUIÉN ELABORA EL ACTA:	María Fernanda Vanegas Nieto
---	------------------------------



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO:

FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO:

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA:

24 11 2025

HORA INICIAL:

07:00 a.m.

HORA FINAL:

01:00 p.m.

LUGAR:

SALÓN PRESIDENTE IDRD

No.	NOMBRE Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACION	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTRADA	CORREO ELECTRONICO	TELEFONO
1	ALCALA GARCIA SANDRA MELINA	103011883	AUXILIAR DE PARQUE	RECREACION		A		
2	ALDANA CARRALLAS JOHAN STEVEN	100077887	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
3	ALDANA FERRERA MARIA FERNANDA	103374389	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
4	ANDARITA VARELA JORGE ALEJANDRO	100022053	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
5	ARIAS CARCONA DAYTON	103378864	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
6	BARBOSA MEDINA LAURA ISABEL	100078231B	AUXILIAR DE PARQUE	RECREACION		A		
7	BARON CORREA JOHANA PAOLA	101645121B	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
8	BARON GONZALEZ ANDREA KATHERINE	100078588	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
9	BARRIOS BOTO ANA FANSHUT	1023025584	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
10	BELLO LOPEZ PETER ALEXANDER	1030588424	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
11	BELTRAN MORENO ANDRES FELIPE	102244389	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
12	BENAVIDES VANEGAS DIANA CAROLINA	102237279	AUXILIAR DE PARQUE	RECREACION		B		
13	BERNAL CACEDO RUBEN DARIO	1031180202	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
14	BERNAL RAMIREZ CAMILO ALFONSO	103272644	AUXILIAR DE PARQUE	RECREACION		B		
15	BILBAO TORRES LICETH VANESA	1031173720	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
16	BOHORQUEZ RINCON ANDRES JULIAN	1009734184	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
17	BUSTOS OCAMPO ORMINSON DAVID	1233512820	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		
18	CABEZAS PULGARIN JOSE LUIS	1012371617	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		A		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparenta/acceso-informacion-publica/normativa/politicas> lineamientos manuales

GESTION DOCUMENTAL V1



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA: 24 11 2025 HORA INICIAL: 07:00 a.m. HORA FINAL: 01:00 p.m. LUGAR:

SALÓN PRESIDENTE- IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	CAICEDO BERNAL INGRID FERNANDA	101018830	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Fernanda C.	A		
2	CALDERON PEÑA BRAYAN ESTEBAN	1013609209	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Brayan C.	A		
3	CALDERON RAMIREZ FABIAN DAVID	1010003957	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	Fabian C.	C		
4	CALLE RODRIGUEZ MARIO ANDRES	80206043	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Mario C.	B		
5	CANO GARCIA JORDAN ESTEBAN	1012322336	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Jordan C.	B		
6	CANO OLARTE BRANDON ELIAS	1022996020	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Brandon C.	B		
7	CARANQUAY CARANQUAY BRENDA SOFIA	1018148425	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Brenda C.	B		
8	CARDENAS ACOSTA CRISTHIAN CAMILO	1030023585	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Crishian C.	B		
9	CARDENAS RODRIGUEZ YENSI NATALIA	1013686026	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Yensi C.	B		
10	CARRANZA ZULETA YURY MARCELA	52984521	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Yury C.	B		
11	CASTAÑEDA RAMIREZ JEISSON	80050389	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Jeisson C.	B		
12	CASTILLO SUSA MARY SOL	52500562	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Marysol C.	B		
13	CASTRO CASTAÑEDA NATALIA ANGELICA	1233886577	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Natalia C.	B		
14	CEDANO MARTINEZ HECTOR JULIO	1024402252	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Hector C.	A		
15	CEPEGA PATIÑO GABRIEL STIVENSON	1013631107	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Gabriel C.	B		
16	CEVALLOS OLIVARES MONICA ALEJANDRA	1020785041	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Monica C.	B		
17	CHARRY DUCUARA CAMILO ANDRES	79915678	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Camilo C.	B		
18	CHAVES BETANCUR KEVIN ALEXANDER	1023974654	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Kevin C.	B		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-instrumentos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL: 05



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 24 11 2025 HORA INICIAL 07:00 a. m. HORA FINAL 01:00 p. m. LUGAR

SALÓN PRESIDENTE IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	CHAVEZ RODRIGUEZ JOHN FREDY	80871087	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		B		
2	CHIRIVÍ CASTRO EMILY	1000832528	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		B		
3	COBALEDA ANGARITA CAMILA	1032472901	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		TUTORA GRUPO A		
4	COLINA DIAZ VICTOR GIOVANNY	79205056	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		C		
5	CORREA GONZALEZ YONATHAN CAMILO	1033770106	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
6	CORREDOR DOMINGUEZ NICOLÉ DAYANNA	1019151085	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
7	CORTES GARZÓN VIVIAN DANIELA	1000407444	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
8	CORTES REDONDO YEIMI PAOLA	1024509919	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
9	CUADROS MOLINA CRISTIAN YESID	1031149715	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
10	CUERVO CORREDOR CESAR IVAN	1071329213	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
11	CUERVO ROMERO OSCAR IVAN	80808943	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
12	CUEVAS RINCON SINDY LORENA	1007295778	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
13	DAZA GOMEZ GEOVANNY HERNANDO	79714969	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
14	DIAZ MUÑOZ NESTOR ALEJANDRO	1012394490	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
15	DIAZ TAPIA EDNA MARITZA	1032397181	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
16	ESPAÑA BARRANTES NICOLAS	1073710605	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
17	ESPINOSA BARBOSA ANDRES EDUARDO	1024536379	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
18	ESPINOSA MARTINEZ MARIA FERNANDA	1014246793	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia/acceso-informacion-publica/informativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO:

FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA

24 11 2025

HORA INICIAL

07:00 a.m.

HORA FINAL

01:00 p.m.

LUGAR

SALÓN PRESIDENTE IDRO

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRO		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	ESPINOSA MORA LINDA YISSETH	1019132198	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
2	ESPINOSA MORA MARIA PAULA	1019132202	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
3	ESPITIA LOPEZ DAVID	74244920	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		D		
4	ESTRADA RODRIGUEZ JAIME WILSON	11382051	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
5	FERREIRA QUIROGA JOHAN DINAEL	1033821291	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
6	FONSECA CORTES YERSON ANDREI	1023957995	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
7	FORERO AREVALO FERNANDO	7160555	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		B		
8	FORERO AVELLANEDA EFRAIN DAVID	1071167788	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		B		
9	FRANCO PADILLA FABIAN ALFONSO	1030559355	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
10	GAITAN ESCOBAR ANDRÉS FELIPE	1030064071	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
11	GARCIA CAMACHO CAROLINA	52466504	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
12	GARCIA FERNANDEZ LUIS ALFREDO	79091278	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
13	GARCIA RINCON PABLO CESAR	79719801	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
14	GARCIA VARGAS SANTIAGO	1136911670	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
15	GARZON HERNANDEZ LUISA FERNANDA	52771657	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		C		
16	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	80020316	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
17	GONZALEZ FLORES YECID FERNANDO	1073503426	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
18	GONZALEZ MONROY BERGIO ANDRÉS	80116767	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRO así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRO: <https://www.idro.gov.co/transparencia/acceso-informacion-publica/horarios-politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.6



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 24 11 2025 HORA INICIAL 07:00 a.m. HORA FINAL 01:00 p.m. LUGAR

SALÓN PRESIDENTE - IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	GONZALEZ RODRIGUEZ SANDRA LUCIA	51979490	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	D		
2	GRANADOS HUERFANO LUIS MIGUEL	1069743900	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	TUTOR B		
3	GROSSO CORTES EDGAR JAVIER	79620767	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	D		
4	GUERRERO GOMEZ SEBASTIAN	100050521	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	D		
5	GUEVARA CERON HUGO NEL	1022401748	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	D		
6	GUTIÉRREZ MAGGI MARCELA	1012359387	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	D		
7	GUZMAN GARZON MARGARET	20573033	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	D		
8	HERNANDEZ VARGAS BRAYAN JAVIER	1022410053	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	D		
9	HIDALGO PLAZAS GINNA PAOLA	1023003949	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	D		
10	HIDALGO PLAZAS JOHAN STIWARDS	1030592162	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	TUTOR C		
11	HURTADO ANDREA FERNANDA	53050587	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	D		
12	HURTADO SARA SOFIA DE JESUS	102882350	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	E		
13	JARAMILLO CARDENAS RICHARD AXEL	1026250620	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	E		
14	JIMENEZ ARIAS CARLOS ADRIAN	1022350077	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	E		
15	JIMENEZ DIAZ HERNAN ALONSO	1019022182	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	D		
16	JIMENEZ FIGUEROA YEISSON DANILO	1233091487	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	E		
17	JIMENEZ RODRIGUEZ JHON WILLIAMS	80548745	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	E		
18	LEMUS GONZALEZ JENNIFER	1013098787	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	E		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia/acceso-informacion-publica/terminativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL: V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 24 11 2025 HORA INICIAL 07.00 a. m. HORA FINAL 01.00 p. m. LUGAR

SALÓN PRESIDENTE- IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACION	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRONICO	TELEFONO
1	LEON MARIN ANGEL MAURICIO	80227118	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
2	LEON MONTALVO JULIETH PAULINE	1010243587	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
3	LINARES ARDILA MICHAEL STIVE	1073720586	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
4	LINARES GARCIA LUIS FRANCISCO	1030051051	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
5	LINARES GOMEZ STEFANNY MICHELL	1021512732	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
6	LONDOÑO LLANOS JHON JAIR	1033782508	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
7	LOPEZ MORA KELLY ALEJANDRA	1022383778	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
8	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1018090488	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
9	LOPEZ RUZ VIVIANA CAROLINA	1030637238	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
10	MARTIN CASTELLANOS WILSON	80217520	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
11	MARTINEZ MARTINEZ MONICA MARIA	1030624350	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
12	MARTINEZ ORTIZ LUISA FERNANDA	1030575753	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
13	MARTINEZ RODRIGUEZ JHON ALEXANDER	1012426634	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		F		
14	MEDINA BOLIVAR ERVIN HARLEY	1024516053	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		F		
15	MEJIA ROMERO IVONE MELISA	1016108657	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		E		
16	MENDOZA FORERO VICTOR ELIO	1014256071	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		F		
17	MENESES CUEVAS YULY PAOLA	52757129	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		F		
18	MERCHAN CANO LEIDY STEFANNY	1000127953	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACION		F		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL- V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO:

PORTALES-ORIENTE DE TRABAJADORES BLANCOS COLOMBIANOS GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO:

ANDRÉS CARLOS A. GARCÍA

FECHA: 24 11 2025 HORA INICIAL: 07:00 a.m. HORA FINAL: 01:00 p.m. LUGAR:

SALA PRESIDENTE RAM

						TABLA DE ASISTENTES EXTERNOS AL EVENTO		
Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ESTADO	CARGO EXTERNO	TELÉFONO
1	MONTENEGRO ANGELA MARTA ISABEL	9885872	INSTRUCTORA ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		F		
2	MORA RAMIRO EDUO FERRA	15084088	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		F		
3	MORALES ARMANDO MARCELA	11811193	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		F		
4	MORALES BORGES JORGE ALEXANDER	8091103	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		F		
5	MORALES BERNARDO FERNANDO JAVIER	8000054	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		F		
6	MORALES DIAZ GUSTAVO ARIEL	102306615	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		F		
7	MORALES BERNARDO VIGOR ALEXANDER	100651224	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		F		
8	MORALES BERNARDO WILLIAM STEVEN	1010218052	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		F		
9	MORALES DELIA EVELIN VIVIANO	1020284921	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		TUTOR C		
10	MORALES DIAZ BRAYAN DILANNO	1018468701	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		F		
11	MORALES REAZA DIEGO CARMELO	15878427	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		F		
12	PAZARINO VILLALBA JORGE MAURICIO	1033718948	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		TUTOR E		
13	PEREZ BOTERO JENICA	1033708591	AUXILIAR DE PARQUE	RECREACIÓN		F		
14	PEREZ HERNANDEZ JULIAN DAVID	1014200291	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		F		
15	PEREZ BERNARDO MAURICIO	79813589	AUXILIAR DE PARQUE	RECREACIÓN		F		
16	OLIVERA MORALES MARIO ALBERTO	1019233410	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		G		
17	OLIVERA RUZ OSWALDO	80774618	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		G		
18	ORTIZ CAMACHO BRAYAN FERRER	123340881	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		G		

Con la suscripción del presente documento, autorizo al (DHO) así como a cualquier dependiente y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con respecto a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a los lineamientos en estos señalados. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDH: <https://www.idh.gov.co/transparencia/acceso-informacion/publicacion/materiales-politicas-informaticas-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 24 11 2025 HORA INICIAL 07:00 a. m. HORA FINAL 01:00 p. m. LUGAR

SALÓN PRESIDENTE- IDRD

						DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	ORTIZ SANDOVAL MARIA ANGELICA	1026277578	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	MARIA ANGELICA	G		
2	OSORIO GOMEZ ALEJANDRO	1024485488	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Alejandro	G		
3	PARADA GONZALEZ CAROLINA	52889062	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Carolina P	G		
4	PARDO HERREÑO ROBERT GIOVANNY	1000470422	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Robert	G		
5	PENAGOS CARDENAS JEFERSON ARLEY	1032420558	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Jefferson	G		
6	PEREZ AGUIRRE ERIK FABIAN	1010191171	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Erik	TUTOR F		
7	PEREZ SIERRA GABRIEL ALBERTO	1030655682	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Gabriel Perez	G		
8	PERICO PIRAJAN BRAYAN ANDRES	1022404988	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Brayan	G		
9	PIRACON CAMARGO DAYANNA ALEXANDRA	1010239821	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Dayanna	G		
10	PIZA MURILLO LUIS FERNANDO	1001054871	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	Luis	G		
11	PLAZAS GONZALEZ BLANCA HERMINA	52273891	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	Blanca	G		
12	POSADA ALARCON ANDRES	80072410	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Andres	G		
13	PRADO PACHECO LETICIA	1099548704	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Leticia	G		
14	PRECIADO PARDO ARBEY	1087118166	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Arbey	G		
15	PUIN ROZO JOHN FREDY	79963959	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	John	G		
16	QUIROGA ACERO MICHAEL FERNEY	80150364	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	Michael	H		
17	QUIROGA ALFONSO EDWIN ALBEIRO	1002403976	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Alfonso	G		
18	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1002365896	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	Diego	H		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-instrumentos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 24 11 2025 HORA INICIAL 07:00 a.m. HORA FINAL 01:00 p.m. LUGAR

SALÓN PRESIDENTE IDRO

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRO		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	RAMIREZ BARBOSA NICOLAS ALEJANDRO	1022415902	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		TUTOR G		
2	RAMIREZ MORA WENDY TATIANA	1012441187	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
3	RAMOS CASTRO JHEMMY DANIELA	1018509207	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
4	RAMOS PEREZ ANGEL ARMANDO	80449704	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		F		
5	RAMOS SANTANA WINNER KID	1020828439	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
6	RENDON CASTILLO BRAYAN STIVEN	1233898355	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
7	RESTREPO CARRASCO JUAN DAVID	1013005525	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
8	RESTREPO GUTIERREZ NAUDY LEANDRO	14660050	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
9	REYES BARBOSA DENYS VANESA	1032464704	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
10	REYES CONTRERAS DAVID MATEO	1015467645	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
11	RIÑO RAMIREZ JOSE GREGORIO	1024517135	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
12	RICO RENGIFO CHRISTIAN MAURICIO	1193154970	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
13	RINCON BARRERA NICOLL DAYANA	1141714993	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		I		
14	RINCON CORREA LEIDY NATALIA	1015464751	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
15	RINCON GARAVITO YEISON STIVEN	1015468146	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
16	RINCON MARTINEZ IVAN LORENZO	93138389	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
17	RIOS MIRANDA NATALIA	1010014473	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
18	RIVERA RODRIGUEZ ANDREA DEL PILAR	52839179	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRO así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRO: <https://www.idro.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normal/policia-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO:

FORTEALECIMIENTO DE HABILIDADES DE ANIMAS COMUNITARIAS GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO:

EDUARDO A. FERRER A. MENDOZA

FECHA: 24 11 2023

HORA INICIAL: 07:00 H. U.

HORA FINAL:

01:00 P. M.

LUGAR:

SALON PRESIDENTE KPM

					EN CUANTAS HORAS ASISTENTES E ASISTENTES AL HORARIO			
No.	NOMBRE Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACION	CARGO	IDENTIFICACION	FIRMA	ENTREGA	CONFORME AL ASISTENTE	FECHA
1	BOA MA LINDO BRAYAN DAVID	103002414	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
2	BOBLES RAMON JOHANA CAROLINA	103001160	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
3	RODRIGUEZ BERNAL DETER JOHANA	1020200755	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
4	RODRIGUEZ BERNAL WENDY JOHANA	1020200754	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
5	RODRIGUEZ NAVARREZ JOHN REBASTIAN	1057000072	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
6	RODRIGUEZ POLANCO PEDRO ANTONIO	1100000008	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
7	RODRIGUEZ ROMERO JORGE LUIS	1020100108	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
8	RODRIGUEZ SANABRIA ANDERSON	80200007	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
9	RODRIGUEZ VALENZUELA JESSON CAMILO	1020000003	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
10	ROMERO CARRILLO PAULA ANDREA	1030000007	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
11	ROMERO REATEGUI ESTEBAN	1010100747	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
12	RUBIO DE JAHATO ANDRES FELIPE	1010100704	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
13	RUIZ GARAY KAREN DABELA	1010032003	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
14	RUBIO ALDANA SANTIAGO	1012007004	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
15	SANABRIA NAVARREZ MICHICA MARIA	1010030008	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
16	SANCHEZ CHAPARRO VIVIAN LORENA	10121005002	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
17	SANCHEZ RODRIGUEZ ESTIVARDO	70771014	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		
18	SANCHEZ TOVAR DABEL DE JESUS	1014274110	INSTRUCTOR ACTIVO EN FERIA	RECREACION	[Firma]	1		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDH del como a cumplir dependencias y/o áreas del código, a recibir el tratamiento sobre sus datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, standarde a las finalidades en ellos señalados. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDH: <https://www.idh.gov.co/informacion-publica/informacion-publica/politicas-financieras-marcadas>

SESION DOCUMENTAL: 76



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 24 11 2025 HORA INICIAL 07:00 a.m. HORA FINAL 01:00 p.m. LUGAR

SALÓN PRESIDENTE- IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	SANTAMARIA BUITRAGO JOHAN GIOVANNY	1023917885	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
2	SARMIENTO CASTAÑEDA JINNA PAOLA	1032412254	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		TUTOR H		
3	SARMIENTO RODRIGUEZ KAREN YESSENIA	1023031039	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
4	SIERRA MUSUSU KAREN VIVIANA	1033815658	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
5	SILVA CAICEDO GABRIELA	1031182726	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		I		
6	SILVA MORENO ANGEL FERNEY	1012428804	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
7	SILVA ZAMBRANO RAUL ANDRES	1013606356	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
8	SOGAMOSO HIGUERA MARIA PAULA	1030680533	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
9	SORIANO GOMEZ MITCHELL LORENA	1018513163	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
10	TORRES CALENTURA LILI ELIZABETH	1023020493	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
11	TORRES DELGADO JOHANNA PAOLA	52757070	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
12	TORRES ESTUPIÑAN LEIDY TATIANA	1023015421	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		TUTOR I		
13	TORRES FONSECA ANGIE VIBIANA	1033762959	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
14	TORRES RAMIREZ JOSE ALEXANDER	1013508440	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
15	TRUJILLO BARRIOS MARILUZ	52467639	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		J		
16	VALBUENA CAMACHO HELBERT GUILLERMO	80219712	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		I		
17	VALENCIA VALENCIA JEFERSON ANDRES	1016095353	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
18	VALENZUELA ZIPASUCA MATEO	1020796756	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/informativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL- V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL RESPONSABLE DEL EVENTO: ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA: 24 11 2025 HORA INICIAL: 07:00 a.m. HORA FINAL: 01:00 p.m. LUGAR: SALÓN PRESIDENTE IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	VAREGAS ACHURY ALIX VALENTINA	103069362	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	<i>Valentina</i>	J		
2	VARGAS ABELLA JOHN FREDY	79900991	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>John</i>	J		
3	VARGAS SILVA HAROL MAURICIO	1022406346	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Harol V.</i>	J		
4	VARON GALVIS ANDREA JACQUELINE	1013021724	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Andrea</i>	TUTOR J		
5	VEGA BERMUDEZ CARLOS ARTURO	79442420	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Carlos</i>	J		
6	VEGA FRANCO NATALY GISETH	1016033812	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Nataly</i>	J		
7	VILLABON SANCHEZ ROVISON FERNEY	1030612452	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>Rovison</i>	J		
8	CAMACHO FRANCO EDUIN DAVID	1010186478	GESTOR METEOROLÓGICO	RECREACIÓN	<i>Eduin</i>			
9	CASTAÑEDA LUIS ALEJANDRO	80496461	COORDINADOR OPERATIVO	RECREACIÓN	<i>Luis</i>			
10	DEDIOS RIVERA YENNY MARIA	1193209853	MONITOR APOYO ADMINISTRATIVO	RECREACIÓN	<i>Yenny</i>			
11	DÍAZ GALEANO LUISA FERNANDA	1000139603	MONITOR APOYO ADMINISTRATIVO	RECREACIÓN	<i>Luisa</i>			
12	DOTRES SUAREZ ARIEL LEONARDO	1090515394	APOYO LOGÍSTICO Y OPERATIVO	RECREACIÓN	<i>Ariel</i>			
13	MURCIA CALDERÓN CESAR AUGUSTO	80155541	MONITOR APOYO ADMINISTRATIVO	RECREACIÓN	<i>Cesar</i>			
14	PALACIOS PINILLA JULIO CESAR	80192363	GESTOR ADMINISTRATIVO - TALENTO HUMANO	RECREACIÓN	<i>Julio</i>			
15	PARRA KOPP JULIETH ANGELICA	52317078	MONITOR APOYO ADMINISTRATIVO	RECREACIÓN	<i>Julietta</i>			
16	RAMÍREZ ANGARITA DIEGO FELIPE	1026262095	GESTOR LOGÍSTICO Y OPERATIVO	RECREACIÓN	<i>Diego</i>			
17	RODRÍGUEZ SANCLEMENTE LUZ AMPARO	66827964	GESTORA MANZANAS DEL CUIDADO	RECREACIÓN	<i>Luz A.R.</i>			
18	SANCHEZ TAMBO LIBARDO JUNIOR	1024496639	GESTOR PERSONA MAYOR	RECREACIÓN	<i>Libardo</i>			

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL RESPONSABLE DEL EVENTO: ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA: 24 11 2025 HORA INICIAL: 07:00 a. m. HORA FINAL: 01:00 p. m. LUGAR: SALÓN PRESIDENTE IDRO

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRO		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	TORRES DIAZ KIMBERLY	1016012885	DIGITADOR	RECREACIÓN				
2	VANEGAS NIETO MARIA FERNANDA	1000045908	MONITOR APOYO ADMINISTRATIVO	RECREACIÓN				
3	VILLAMARIN DIAZ JIMMY LILIANA	1032472000	GESTORA COMUNIDAD GENERAL	RECREACIÓN				
4	RODRIGUEZ JESSICA	1013618188	TECNICO OPERATIVO 314-07	RECREACIÓN	Jessica R.S.			
5	COMBARIZA PULIDO LADY JOHANNA	53118540	TECNICO OPERATIVO 314-10	RECREACIÓN				
6	CANDELA GARCIA ANDRES GIOVANNY	1016025094	PROFESIONAL ESPECIALIZADO 222-08	RECREACIÓN				
7	Serrano Juarez Joem	1007028533	Actividad F	Instructora (R)	Joem S.	E		
8	SANCHEZ QUITIAN GARCIA	1010175714	ACTIV. Udel FISICA	Instructora (E)		F		
9	Serrano Juarez Joem	1007						
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRO así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRO: <https://www.idro.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/informativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO:

FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA:

24 11 2025

HORA INICIAL

07:00 a.m.

HORA FINAL

01:00 p.m.

LUGAR

SALÓN PRESIDENTE IDRD

						ORGANIZAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTRADA	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	ALCALÁ GARCÍA SANDRA MILENA	1030911863	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		A		
2	ALDANA CASALLAS JHOJAN STIVEN	1000773607	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
3	ALDANA HERRERA MARÍA FERNANDA	1033743895	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
4	ANGARITA VARÓN JORGE ALEJANDRO	1000223053	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
5	ARIAS CARDONA BAYRON	1033768954	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
6	BARBOSA MEDINA LAURA ISABEL	1000782316	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		A		
7	BARÓN CORREA JOHANA PAOLA	1015451215	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
8	BARÓN GONZÁLEZ ANDREA KATHERINE	1000578568	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
9	BARRIOS SOTO ANA FANISHUT	1023925594	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
10	BELLO LÓPEZ PETER ALEXANDER	1030569424	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
11	BELTRÁN MORENO ANDRÉS FELIPE	1022443860	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
12	BENAVIDES VANEGAS DIANA CAROLINA	1022372779	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		B		
13	BERNAL CAICEDO RUBÉN DARIO	1031180202	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
14	BERNAL RAMÍREZ CAMILO ALFONSO	1033728244	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		B		
15	BILBAO TORRES LICETH VANESA	1031173720	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
16	BOHORQUEZ RINCÓN ANDRÉS JULIÁN	1069734164	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
17	BUSTOS OCAMPO ORMINSON DAVID	1233512820	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		
18	CABEZAS PULGARÍN JOSÉ LUIS	1012371517	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		A		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia/acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 24 11 2025 HORA INICIAL 07:00 a.m. HORA FINAL 01:00 p.m. LUGAR

SALÓN PRESIDENTE IDRD

						DILIGENCIA POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	CAICEDO BERNAL INGRID FERNANDA	1010188936	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Fernanda C.	A		
2	CALDERON PEÑA BRAYAN ESTEBAN	1013668209	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	A		
3	CALDERON RAMIREZ FABIAN DAVID	1010003957	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	[Signature]	C		
4	CALLE RODRIGUEZ MARIO ANDRES	80206943	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	B		
5	CANO GARCIA JORDAN ESTEBAN	1012322336	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Jordan Cano	B		
6	CANO OLARTE BRANDON ELIAS	1022996020	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Brandon Cano	B		
7	CARANGUAY CARANGUAY BRENDA SOFIA	1019148425	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Brenda Cano	B		
8	CARDENAS ACOSTA CRISTHIAN CAMILO	1030623585	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	B		
9	CARDENAS RODRIGUEZ YENSI NATALIA	1013686026	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	B		
10	CARRANZA ZULETA YURY MARCELA	52984521	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	B		
11	CASTAÑEDA RAMIREZ JEISSON	80058389	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	B		
12	CASTILLO SUSANA MARY SOL	52560562	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	B		
13	CASTRO CASTAÑEDA NATALIA ANGELICA	1233688577	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	B		
14	CEDANO MARTINEZ HECTOR JULIO	1024482252	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	A		
15	CEPEDA PATIÑO OMAR STIVENSON	1013831107	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	B		
16	CEVALLOS OLIVARES MONICA ALEJANDRA	1020780541	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	B		
17	CHARRY DUCUARA CAMILO ANDRES	79915978	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	B		
18	CHAVES BETANCUR KEVIN ALEXANDER	1023974654	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Signature]	B		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL: V5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 24 11 2025 HORA INICIAL 07:00 a.m. HORA FINAL 01:00 p.m. LUGAR

SALÓN PRESIDENTE IDRD

						ORIENTACIÓN POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	CHAVEZ RODRIGUEZ JOHN FREDY	80871887	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	B		
2	CHIRVI CASTRO EMILY	1000832528	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	B		
3	COBALEDA ANGARITA CAMILA	1032472501	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	TUTORA GRUPO A		
4	COLINA DIAZ VICTOR GIOVANNY	79205058	AUXILIAR DE PARGUES	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
5	CORREA GONZALEZ YONATHAN CAMILO	1033770106	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
6	CORREDOR DOMINGUEZ NICOLD DAYANNA	1019151085	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
7	CORTES GARZÓN VIVIAN DANIELA	1000487444	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
8	CORTES REDONDO YEIMI PAOLA	1024508919	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
9	CUADROS MOLINA CRISTIAN YESID	1031149715	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
10	CUERVO CORREDOR CESAR IVAN	1071329213	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
11	CUERVO ROMERO OSCAR IVAN	80896943	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
12	CUEVAS RINCON SINDY LORENA	1007295778	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
13	DAZA GOMEZ GIOVANNY HERNANDO	79714969	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
14	DIAZ MUÑOZ NESTOR ALEJANDRO	1012394490	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
15	DIAZ TAPIA EDNA MARITZA	1032387161	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
16	ESPAÑA BARRANTES NICOLAS	1013710665	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
17	ESPINOSA BARGOSA ANDRES EDUARDO	1024536379	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		
18	ESPINOSA MARTINEZ MARIA FERNANDA	1014246793	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	C		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/informativa/politicas-informaticas-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA 24 11 2025 HORA INICIAL 07:00 a. m. HORA FINAL 01:00 p. m. LUGAR

SALÓN PRESIDENTE- IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIA POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTREGA	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	ESPINOSA MORA LINDA YISSETH	1019132196	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	C		
2	ESPINOSA MORA MARIA PAULA	1019132202	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	C		
3	ESPITIA LOPEZ DAVID	74244920	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	D		
4	ESTRADA RODRIGUEZ JAIME WILSON	11382051	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	A		
5	FERRERA QUIROGA JOHAN DINAEL	1033821291	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	C		
6	FONSECA CORTES YERSON ANDRÉS	1023957995	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	D		
7	FORERO AREVALO FERNANDO	7100555	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	B		
8	FORERO AVELLANEDA EFRAIN DAVID	1071167708	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	B		
9	FRANCO PADILLA FABIAN ALFONSO	1030559355	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	D		
10	GAITAN ESCOBAR ANDRÉS FELIPE	1030904071	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	D		
11	GARCIA CAMACHO CAROLINA	52466504	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	D		
12	GARCIA FERNANDEZ LUIS ALFREDO	79691278	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	C		
13	GARCIA RINCON PABLO CESAR	79719801	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	D		
14	GARCIA VARGAS SANTIAGO	1136011870	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	D		
15	GARZON HERNANDEZ LUISA FERNANDA	52771557	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	C		
16	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	80020318	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	D		
17	GONZALEZ FLORES YECIO FERNANDO	1073503426	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	D		
18	GONZALEZ MONROY SERGIO ANDRÉS	60116767	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	<i>[Firma]</i>	D		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/informacion-publica/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA 24 11 2025 HORA INICIAL 07:00 a. m. HORA FINAL 01:00 p. m. LUGAR

SALÓN PRESIDENTE- IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	GONZÁLEZ RODRÍGUEZ SANDRA LUCÍA	51979490	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		D		
2	GRANADOS HUERFANO LUIS MIGUEL	1069743900	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		TUTOR B		
3	GROSSO CORTES EDGAR JAVIER	79820767	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
4	GUERRERO GÓMEZ SEBASTIÁN	1000850521	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
5	GUEVARA CERÓN HUGO NEL	1022401748	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
6	GUTIÉRREZ MAGGI MARCELA	1012359387	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
7	GUZMÁN GARZÓN MARGARET	20573633	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
8	HERNÁNDEZ VARGAS BRAYAN JAVIER	1022410653	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
9	HIDALGO PLAZAS GINNA PAOLA	1023003849	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
10	HIDALGO PLAZAS JOHAN STIWARDS	1035592162	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		TUTOR C		
11	HURTADO ANDREA FERNANDA	53050587	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
12	HURTADO SARA SOFÍA DE JESÚS	1028862350	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		E		
13	JARAMILLO CARDENAS RICHARD AXEL	1026299620	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		E		
14	JIMÉNEZ ARIAS CARLOS ADRIÁN	1022350077	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		E		
15	JIMÉNEZ DÍAZ HERNÁN ALONSO	1019022182	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		D		
16	JIMÉNEZ FIGUEROA YEISSON DANILO	1233691487	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		E		
17	JIMÉNEZ RODRÍGUEZ JHON WILLIAMS	80548745	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		E		
18	LEMUS GONZÁLEZ JENNIFER	1013096787	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		E		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>.

GESTIÓN DOCUMENTAL- V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO:

FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 24 11 2025

HORA INICIAL

07:00 a. m.

HORA FINAL

01:00 p. m.

LUGAR

SALÓN PRESIDENTE- IORD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACION	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IORD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	LEON MARIN ANGEL MAURICIO	80227118	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
2	LEON MONTALVO JULIETH PAULINE	1010243567	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
3	LINEARES ARDILA MICHAEL STIVE	1073720586	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
4	LINEARES GARCIA LUIS FRANCISCO	1030851051	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
5	LINEARES GOMEZ STEFANNY MICHELL	1021512732	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
6	LONDOÑO LLANOS JHON JAIRO	1033782508	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
7	LOPEZ MORA KELLY ALEJANDRA	1022393779	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
8	LOPEZ RODRIGUEZ JOSE DAVID	1019090488	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
9	LOPEZ RUIZ VIVIANA CAROLINA	1030837238	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
10	MARTIN CASTELLANOS WILSON	80217520	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
11	MARTINEZ MARTINEZ MONICA MARIA	1030624350	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
12	MARTINEZ ORTIZ LUISA FERNANDA	1030675753	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
13	MARTINEZ RODRIGUEZ JHON ALEXANDER	1012426934	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	F		
14	MEDINA BOLIVAR ERVIN HARLEY	1024518053	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	F		
15	MEJIA ROMERO IVONE MELISA	1018108857	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	E		
16	MENDOZA FORERO VICTOR ELIO	1014256071	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	F		
17	MENESES CUEVAS YULY PAOLA	52757129	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	F		
18	MERCHAN CANO LEIDY STEFANNY	1000127953	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	[Firma]	F		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IORD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IORD: <https://www.iord.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL- V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 24 11 2025 HORA INICIAL 07:00 a. m. HORA FINAL 01:00 p. m. LUGAR

SALÓN PRESIDENTE- IDRD

						DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	MONTOYA ANCHILA MARTA ISABEL	36695873	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Isabel	F		
2	MOREA RAMOS ANGIE PAOLA	1030646566	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Angie	F		
3	MORENO ARIAS LINA MARCELA	1193111352	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Lina	F		
4	MORENO BURGOS JOHN ALEXANDER	80901902	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	John	F		
5	MORENO SEGURA EDUARDO JAVIER	80000054	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Eduardo	F		
6	MOSQUERA DIAZ GUSTAVO ADOLFO	1023008315	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Gustavo	F		
7	MOSQUERA RENGIFO YOHAN ALEXANDER	1030551224	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Yohan	F		
8	MUÑOZ BAQUERO WILLIAM STIVEN	1010219552	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	William	F		
9	MUÑOZ ROJAS EVELIN YURANI	1026284921	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Evelin	TUTOR D		
10	MUÑOZ ROZO BRAYAN ORLANDO	1018466780	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Brayan	F		
11	MUÑOZ SOUZA DIEGO CARMELO	15876427	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Diego	F		
12	NAVARRO VILLOBOS JOHAN MAURICIO	1033714948	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Johan	TUTOR E		
13	NIETO BOTERO JESSICA	1033756591	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	Jessica	E		
14	NOGUERA HERNANDEZ JULIAN DAVID	1014200291	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Julian	F		
15	OCHOA SERGIO MAURICIO	79413589	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	Sergio	F		
16	OLIVO MORALES MARIO ALBERTO	1079233319	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Mario	G		
17	ORJUELA RUIZ OSWALDO	80774518	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Oswaldo	G		
18	ORTIZ CAMACHO BRAYAN FERNEY	1233499941	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Brayan	G		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en las Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia/acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL- V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO:

FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA

24

11

2025

HORA INICIAL

07:00 a.m.

HORA FINAL

01:00 p.m.

LUGAR

SALÓN PRESIDENTE- IDRD

						DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	ORTIZ SANDOVAL MARIA ANGELICA	1026277578	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Maria Ortiz	G		
2	OSORIO GOMEZ ALEJANDRO	1024495499	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Alejandro Osorio	G		
3	PARADA GONZALEZ CAROLINA	5288082	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Carolina Parada	G		
4	PARDON HERREÑO ROBERT GIOVANNY	1000470422	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Robert Pardon	G		
5	PENAGOS CARDENAS JEFERSON ARLEY	1032420558	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Jefferson Penagos	G		
6	PEREZ AGUIRRE ERIK FABIAN	1010191171	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Erik Perez	TUTOR F		
7	PEREZ SIERRA GABRIEL ALBERTO	1030655682	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Alberto Perez	G		
8	PERICO PIRAJAN BRAYAN ANDRES	1022404988	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Brayan Perico	G		
9	PIRACON CAMARGO DAYANNA ALEXANDRA	1010239821	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Dayanna Piracon	G		
10	PIZA MURILLO LUIS FERNANDO	1001054871	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	Luis Piza	G		
11	PLAZAS GONZALEZ BLANCA HERMINA	52273891	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	Blanca Plazas	G		
12	POSADA ALARCON ANDRES	80072410	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Andrés Posada	G		
13	PRADO PACHECO LETICIA	1099548704	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Leticia Prado	G		
14	PRECIADO PARDO ARBEY	1087116166	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Arbey Preciado	G		
15	PUIN ROZO JOHN FREDY	79963959	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	John Puin	G		
16	QUIROGA ACERO MICHAEL FERNEY	80150384	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	Michael Quiroga	H		
17	QUIROGA ALFONSO EDWIN ALBEIRO	1002403976	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	Edwin Quiroga	G		
18	QUIROGA SUSPES DIEGO ALEJANDRO	1002365896	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN	Diego Quiroga	H		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-instrumentos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V.3

Salida



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA 24 11 2025 HORA INICIAL 07:00 a. m. HORA FINAL 01:00 p. m. LUGAR

SALÓN PRESIDENTE- IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	RAMÍREZ BARBOSA NICOLAS ALEJANDRO	1022415902	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		TUTOR G		
2	RAMÍREZ MORA WENDY TATIANA	1012441187	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
3	RAMOS CASTRO JHEMMY DANIELA	1018509207	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
4	RAMOS PÉREZ ÁNGEL ARMANDO	80449764	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		F		
5	RAMOS SANTANA WINNER KID	1020826439	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
6	RENDÓN CASTILLO BRAYAN STIVEN	123398355	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
7	RESTREPO CARRASCO JUAN DAVID	1013605525	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
8	RESTREPO GUTIÉRREZ NAUDY LEANDRO	14690050	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
9	REYES BARBOSA DENYS VANESA	1032464704	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
10	REYES CONTRERAS DAVID MATEO	1015467645	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
11	RIÑO RAMÍREZ JOSÉ GREGORIO	1024517135	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
12	RICO RENGIFO CHRISTIAN MAURICIO	1193154970	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
13	RINCÓN BARRERA NICOLL DAYANA	1141714893	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		I		
14	RINCÓN CORREA LEIDY NATALIA	1015464751	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
15	RINCÓN GARAVITO YEISON STIVEN	1015468146	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
16	RINCÓN MARTÍNEZ IVÁN LORENZO	93138389	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
17	RÍOS MIRANDA NATALIA	1010014473	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		
18	RIVERA RODRÍGUEZ ANDREA DEL PILAR	52039179	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN		H		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL- V.5

Salida



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL RESPONSABLE DEL EVENTO: ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA: 24 11 2025 HORA INICIAL: 07:00 a. m. HORA FINAL: 01:00 p. m. LUGAR: SALÓN PRESIDENTE- IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	Firma	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	ROA GALEANO BRAYAN DAVID	1030652413	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	H		
2	ROBLES NARANJO JOHANA CAROLINA	1030557185	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
3	RODRIGUEZ BERNAL DENYS JOHANA	1026294753	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
4	RODRIGUEZ BERNAL WENDY JOHANA	1026294754	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
5	RODRIGUEZ NARVAEZ JHON SEBASTIAN	1057595572	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
6	RODRIGUEZ POLANCO PEDRO ANTONIO	1193000098	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
7	RODRIGUEZ ROMERO JORGE LUIS	1023019878	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
8	RODRIGUEZ SANABRIA ANDERSON	80236982	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
9	RODRIGUEZ VALENZUELA JEISSON CAMILO	1022964333	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
10	ROMERO CARRILLO PAOLA ANDREA	1032448587	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
11	ROMERO REATEGUI ESTEBAN	1019110747	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
12	RUBIO BEJARANO ANDRES FELIPE	1016106754	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
13	RUIZ GARAY KAREN DANIELA	1010032845	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
14	RUSINQUE ALDANA SANTIAGO	1012437034	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	Q		
15	SANABRIA NARVAEZ MONICA MARIA	1019035048	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
16	SANCHEZ CHAPARRO YINETH LORENA	1012385062	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
17	SANCHEZ RODRIGUEZ ESTWARD	78771934	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		
18	SANCHEZ TOVAR DANIEL DE JESUS	1014274115	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN	<i>[Signature]</i>	I		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en su Política de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/informacion-publica/politicas-informacion-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA 24 11 2025

HORA INICIAL 07:00 a.m.

HORA FINAL

01:00 p.m.

LUGAR

SALÓN PRESIDENTE- IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	SANTAMARIA BUITRAGO JOHAN GIOVANNY	1023917885	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
2	SARMIENTO CASTAÑEDA JINNA PAOLA	1032412254	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		TUTOR H		
3	SARMIENTO RODRIGUEZ KAREN YESSSENIA	1023031039	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
4	SIERRA MUSUSU KAREN VIVIANA	1033815058	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
5	SILVA CAICEDO GABRIELA	1031182726	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		I		
6	SILVA MORENO ANGEL FERNEY	1012428804	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
7	SILVA ZAMBRANO RAUL ANDRES	1013506356	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		H		
8	SOGAMOSO HIGUERA MARIA PAULA	1030680533	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
9	SORIANO GOMEZ MITCHELL LORENA	1018513163	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
10	TORRES CALENTURA LILI ELIZABETH	1023020493	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
11	TORRES DELGADO JOHANNA PAOLA	52757070	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
12	TORRES ESTUPIÑAN LEIDY TATIANA	1023015421	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		TUTOR I		
13	TORRES FONSECA ANGIE VIBIANA	1033762859	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
14	TORRES RAMIREZ JOSE ALEXANDER	1013598440	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
15	TRUJILLO BARRIOS MARILUZ	52467939	AUXILIAR DE PARQUES	RECREACIÓN		J		
16	VALBUENA CAMACHO MELBERT GUILLERMO	80219712	GESTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		I		
17	VALENCIA VALENCIA JEFERSON ANDRES	1016095353	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		
18	VALENZUELA ZIPASUCA MATEO	1020766756	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FISICA	RECREACIÓN		J		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V.5

Salida



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL

RESPONSABLE DEL EVENTO

ANDRÉS CANDELA GARCÍA

FECHA: 24 11 2025 HORA INICIAL: 07:00 a. m. HORA FINAL: 01:00 p. m. LUGAR:

SALÓN PRESIDENTE- IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	VANEGAS ACHURY ALIX VALENTINA	103068302	AUXILIAR DE PÁRQUES	RECREACIÓN	Valentina	J		
2	VARGAS ABELLA JOHN FREDY	79950591	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Fredy	J		
3	VARGAS SILVA HAROL MAURICIO	1022409346	GESTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Harol	J		
4	VARON GALVIS ANDREA JACQUELINE	1013621724	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Andrea	TUTOR J		
5	VEGA BERMUDEZ CARLOS ARTURO	79442420	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Carlos	J		
6	VEGA FRANCO NATALY GISETH	1019033812	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Nataly	J		
7	VILLABON SÁNCHEZ ROVISÓN FERNEY	1030612452	INSTRUCTOR ACTIVIDAD FÍSICA	RECREACIÓN	Ferny	J		
8	CAMACHO FRANCO EDUIN DAVID	1010186479	GESTOR METODOLÓGICO	RECREACIÓN	Eduin			
9	CASTAÑEDA LUIS ALEJANDRO	80498461	COORDINADOR OPERATIVO	RECREACIÓN	Luis			
10	DEDIÓS RIVERA YENNY MARIA	1193209853	MONITOR APOYO ADMINISTRATIVO	RECREACIÓN	Yenny			
11	DÍAZ GALEANO LUISA FERNANDA	1000139603	MONITOR APOYO ADMINISTRATIVO	RECREACIÓN	Luisa			
12	DOTRES SUÁREZ ARIEL LEONARDO	1090515394	APOYO LOGÍSTICO Y OPERATIVO	RECREACIÓN	Ariel			
13	MURCIA CALDERÓN CESAR AUGUSTO	80155541	MONITOR APOYO ADMINISTRATIVO	RECREACIÓN	Cesar			
14	PALACIOS PINILLA JULIO CESAR	80192363	GESTOR ADMINISTRATIVO - TALENTO HUMANO	RECREACIÓN	Julio			
15	PARRA KOPP JULIETH ANGELICA	52317076	MONITOR APOYO ADMINISTRATIVO	RECREACIÓN	Julia			
16	RAMÍREZ ANGARITA DIEGO FELIPE	1026262095	GESTOR LOGÍSTICO Y OPERATIVO	RECREACIÓN	Diego			
17	RODRÍGUEZ SANCLEMENTE LUZ AMPARO	60827964	GESTORA MANZANAS DEL CUIDADO	RECREACIÓN	Luz			
18	SÁNCHEZ TAMBO LIBARDO JUNIOR	1024499639	GESTOR PERSONA MAYOR	RECREACIÓN	Libardo			

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparenta-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-ineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL-V.5

Salida



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES BLANDAS COMUNIDAD GENERAL RESPONSABLE DEL EVENTO: ANDRES CANDELA GARCIA

FECHA: 24 11 2025 HORA INICIAL: 07:00 a.m. HORA FINAL: 01:00 p.m. LUGAR: SALÓN PRESIDENTE- IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACION	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRONICO	TELEFONO
1	TORRES DIAZ KIMBERLY	1016012885	DIGITADOR	RECREACION	<i>[Signature]</i>			
2	VANEGAS NIETO MARIA FERNANDA	1000046808	MONITOR APOYO ADMINISTRATIVO	RECREACION	<i>[Signature]</i>			
3	VILLAMARIN DIAZ JEMMY LILIANA	1032472886	GESTORA COMUNIDAD GENERAL	RECREACION	<i>[Signature]</i>			
4	RODRIGUEZ JESSICA	1013618186	TECNICO OPERATIVO 314-07	RECREACION	<i>[Signature]</i>			
5	COMBARIZA PULIDO LADY JOHANNA	53116540	TECNICO OPERATIVO 314-10	RECREACION	<i>[Signature]</i>			
6	CANDELA GARCIA ANDRES GIOVANNY	1016025994	PROFESIONAL ESPECIALIZADO 222-06	RECREACION	<i>[Signature]</i>			
7	SANCHEZ QUIRION CARMEN	1010195919	ACT. U. Del FISICA		<i>[Signature]</i>			
8	Serrano Jovez Jely	1007028533	Act. Fisica		<i>[Signature]</i>			
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia/acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: Fortalecimiento de Bogotá

RESPONSABLE DEL EVENTO

Liliana Villamann

FECHA

12 11 2025

HORA INICIAL

3:00 p.m.

HORA FINAL

5:00 p.m.

LUGAR

Parque El country

						DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	Jhon Jairo Bayardo	103592258	IAF	STRD	[Firma]			
2	Brenda Caranguay	101914815	IAF	STRD	[Firma]			
3	Mario Alberto Olivo Morales	1079233317	IAF	STRD	[Firma]			
4	Lilieth Pauline León Montalvo	100243559	IAF	STRD	[Firma]			
5	Johan Santamaria	1023917885	IAF	STRD	[Firma]			
6	Alexander Bello Lopez	1030514970	IAF	STRD	[Firma]			
7	Jhajan Shuen Aldano Castles	100077367	IAF	STRD	[Firma]			
8	Gianna Paola Hidalgo Pizar	1023003949	IAF	STRD	[Firma]			
9	Monica Alejandra Morales	102080514	IAF	STRD	[Firma]			
10	Pablo Garcia	797149801	IAF	STRD	[Firma]			
11	Ruben Darío Bernal Caicedo	1031180252	IAF	STRD	[Firma]			
12	Erik Fabian Perez	1010191171	IAF	STRD	[Firma]			
13	Jeferson Andres Valencia Valencia	1016095553	IAF	STRD	[Firma]			
14	Maria Fernanda Espinoza	104246743	IAF	STRD	[Firma]			
15	Patricia Prado Pacheco	1098448746	IAF	STRD	[Firma]			
16	Anderson Rodriguez Parabrita	30236982	IAF	STRD	[Firma]			
17	Edon David Camacho Franco	1010186174	Metodologo	STRD	[Firma]			
18	Liliana Villamann Diaz	1032472668	Gestora Ar.	STRD	[Firma]			

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/informal/policas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL- V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: Fortalecimiento de Yoga RESPONSABLE DEL EVENTO: Liliana Villamón
FECHA: 12 11 2024 HORA INICIAL: 3:00 p.m. HORA FINAL: 5:00 p.m. LUGAR: Parque El Centro

						DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRO		
Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	William Steven Murat Baquero	1010219652	IAF	STRD	William M.			
2	Yemi Paola Gata Redondo	1024509919	IAF	STRD	Yemi P.			
3	Paola Meneses	52757129	IAF	STRD	Paola M.			
4	CAROLINA ACOSTA M	1019011728	Adm.	ST-P	Carolina A.			
5	JEISSON CASTAÑEDA E	80056389	IAF	STD	Jaen C			
6	Dayanna Pirocan Carago	101023988	IAF	STRD	Dayanna P.			
7	Carolina Garcia C	52466504	DAF	STRD	Carolina G			
8	Santiago Guzmán Aldana	1017437034	GT	STRD	Santiago G.			
9	Yessy Steven Rincón Coronado	1015468146	IAF	Recepción	Yessy S.			
10	José Luis Cabezas P	101237517	IAF	Recepción	José L.			
11	John Fiedy Vargas Abella	79960691	IAF	STRD	John F.			
12	William (Gonzalez) Duvan	822276	IAF	STRD	William D.			
13	Kentys Jolina Rodríguez BERNAL	10262973	IAF	STRD	Kentys R.			
14	Wendy Johana Rodríguez BERNAL	102621493	IAF	STRD	Wendy R.			
15	Herón Jmenez Ocas	199021182	GT	STRD	Herón O.			
16	Esteban Romero Reategui	109110144	IAF	STRD	Esteban R.			
17	Andrea Rivera	52839179	IAF	STRD	Andrea R.			
18	Rovison Villamón	102612452	IAF	STRD	Rovison V.			

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRO así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, sirviendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRO.
<https://www.idro.gov.co/transparencia/acceso-informacion/publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: Fortalecimiento de Yoga RESPONSABLE DEL EVENTO: Liliana Villamant
FECHA: 12 ^{DO} 14 ^{MA} 2015 HORA INICIAL: 3:00 pm HORA FINAL: 5:00 pm LUGAR: Parque El Centro

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD								
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	Helbert Valera Corrales	80219717	CoHo	Recreación	[Firma]			
2	Leidy Natalia Pinón Correa	1015464791	IAF	Recreación	[Firma]			
3	Jessica Nieto Botero	1033758591	AEX	Recreación	[Firma]			
4	Raul Andres Silva E	101360638	GrC	Recreación	[Firma]			
5	John Fancie Pinón Mora	19961319	IAF	Recreación	[Firma]			
6	Linda Miseth Espinosa Mora	1019132118	IAF	Recreación	[Firma]			
7	Lili Torres	1023020293	IAF	Recreación	[Firma]			
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia/acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTIÓN DOCUMENTAL V.5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: Fertilización Yoda

RESPONSABLE DEL EVENTO

Liliana VilamamFECHA: 19 11 2015 HORA INICIAL: 3:00pmHORA FINAL: 5:00pmLUGAR: Parque El Contay

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	CAROLINA ACOSTA	1019011728	Adm.	Escenarios	CAROLINA	IDRD	carolina@idrd.gov.co	3193203209
2	Robina Fery Vilamam	1030612451	AF Inducta	Recreación	Robina	IDRD	robina@idrd.gov.co	
3	Carlos Arturo Vega B	99492420	IAF	Recreación	Carlos			
4	John Freddy Vargas Abella	79962191	IAF	Recreación	John			
5	Jerson Castañeda E	80055399	IAF	Recreación	Jerson	IDRD		
6	Maria Fernanda Espinosa	1014246793	IAF	Recreación	Maria			
7	Jhonn Steven Aldana Osalloy	100073667	IAF	Recreación	Jhonn	IDRD		
8	Fernando Cortes Roldán	1024509910	IAF	Recreación	Fernando			
9	José Luis Carreras Pulgarín	1012371517	IAF	Recreación	José			
10	Mary Sol Castillo Susa	52560562	IAF	Recreación	Mary	IDRD		
11	Grahamy Pardo H.	1000470472	IAF	Recreación	Grahamy			
12	Jayanna Piraón Camargo	1010234821	IAF	Recreación	Jayanna			
13	Carolina García C	524665041	IAF	Recreación	Carolina			
14	William Steven Murz B	1010719682	IAF	Recreación	William			
15	Erik Fabian Perez	1010191171	IAF	Recreación	Erik			
16	Vilson Steven Rincon Bravo	1015468746	IAF	Recreación	Vilson	IDRD		
17	Johan Santamaria	1025917885	IAF	Recreación	Johan	IDRD		
18	Lili Elizabeth Torres	102302413	IAF	Recreación	Lili			

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.3



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: Fortalecimiento Yoga RESPONSABLE DEL EVENTO: Liliana Vilamora
FECHA: 19 11 2025 HORA INICIAL: 3:00pm HORA FINAL: 5:00pm LUGAR: Parque El Centy

DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD							
No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	ENTIDAD	TELÉFONO
1	Linda Yiseth Espinosa Mora	1019132198	IAF	STRD	[Firma]		
2	Mario Andres Calle Rodriguez	90788943	IAF	STRD	[Firma]		
3	PAOLO CESAR GARCIA	71319801	IAF	STRD	[Firma]		
4	Mra Fernanda Alborn	1033713695	IAF	STRD	[Firma]		
5	M ^a Angelica Ortiz Sandoval	1026277535	IAF	STRD	[Firma]		
6	Andrea Rivera	52889179	IAF	STRD	[Firma]		
7	Jhon Londono	1033722509	IAF	STRD	[Firma]		
8	Ruben Dario Bernal C.	1031180202	IAF	STRD	[Firma]		
9	Brenda Caranguay	1019141845	IAF	STRD	[Firma]		
10	Alexander Bollo (an)	10708441	IAF	STRD	[Firma]		
11	Jessica Nieto Botero	1033758591	AUX	STRD	[Firma]		
12	DENY JOHANNA RODRIGUEZ	1026514128	IAF	STRD	[Firma]		
13	Wendy Johana Rodriguez	1026514128	IAF	STRD	[Firma]		
14	Lidy Natalia Pinzon Correa	1015464151	IAF	STRD	[Firma]		
15	Leticia Prado Pacheco	1099487104	IAF	STRD	[Firma]		
16	Juliet Pauline Leon Montalvo	1010243567	IAF	STRD	[Firma]		
17	Anderson Rodriguez	80236987	IAF	STRD	[Firma]		
18	Mario A. Olivo Morales	1037232319	IAF	STRD	[Firma]		

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia/acceso-informacion-publica/normaliza/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL-V5



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: Fortalecimiento Yoga RESPONSABLE DEL EVENTO: Liliana Villamón
FECHA: 19 11 2025 HORA INICIAL: 3:00pm HORA FINAL: 5:00pm LUGAR: Parque El Cento

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRO		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	Hernán Simón Díaz	109021182	Asesor	Recursos	[Firma]			
2	Guliy Paola Meneses	52757129	I.A.F	Recursos	[Firma]			
3	Ingrid Fernanda Caicedo Bermel	1010198936	IAF	Recursos	[Firma]			
4	Glenn Fery Ruiz Roa	29363959	IAF	Recursos	[Firma]			
5	Liliana Villamón	103472666	Coordinadora	Recursos	[Firma]			
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRO así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRO: <https://www.idro.gov.co/transparencia/acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL V.5

OBLIGACIÓN 5 - RELACION DE ENTREGA DE INFORMES DE GESTIÓN				
MES OCTUBRE				
N° de informe	No. CONTRATO	NOMBRE CONTRATISTA	ENTREGA	NOVEDADES
7	IDRD-STRD-CPS-1332-2025	DIEGO QUIROGA	Si	Sin Novedad
7	IDRD -STRD-CPS-1698-2025	MONICA MARIA SANABRIA NARVAEZ	Si	Sin Novedad
5	IDRD-STRD-CPS-3024-2025	CESAR IVAN CUERVO CORREDOR	Si	Sin Novedad
5	IDRD-STRD-CPS-3061-2025	RUBEN DARIO BERNAL CAICEDO	Si	Sin Novedad
7	IDRD-STRD-CPS-1863-2025	ROBERT GIOVANNY PARDO HERREÑO	Si	Sin Novedad
7	IDRD -STRD-CPS-1363-2025	JHEMMY DANIELA RAMOS CASTRO	Si	Sin Novedad
5	IDRD-STRD-CPS-3208-2025	JOSE DAVID LOPEZ RODRIGUEZ	Si	Sin Novedad
5	IDRD-STRD-CPS-2966-2025	BRENDA SOFÍA CARANGUAY CARANGUAY	Si	Sin Novedad
7	IDRD-STRD-CPS-1284-2025	YEISON STIVEN RINCON	Si	Sin Novedad
6	IDRD-STRD-CPS-2966-2025	BRENDA SOFÍA CARANGUAY CARANGUAY	Si	Sin Novedad
7	IDRD-STRD-2460-2025	LEIDY NATALIA RINCÓN CORREA	Si	Sin Novedad
6	IDRD-STRD-CPS-2753-2025	HIDALGO PLAZAS GINNA PAOLA	Si	Entrega tarde
7	IDRD-STRD-CPS-2174-2025	GONZALEZ DURAN WILLFRANK	Si	Sin Novedad
6	IDRD-STRD-CPS-2255-2025	IVAN LORENZO RINCON MARTINEZ	Si	Unificado incorrectamente



INFORME DE EVIDENCIAS OBLIGACIÓN 5

Durante el presente período se realizó acompañamiento técnico y administrativo al talento humano asignado, con el fin de verificar el cumplimiento de sus funciones, la planeación de sus sesiones y la correcta aplicación de las guías metodológicas. A continuación, se relaciona la información correspondiente a las visitas realizadas:

FECHA	PARQUE O ESCENARIO	HORA	LINEA	ACTIVIDAD	Registro fotografico
04/11/2025	Parque San Pedro	18:00	Comunidad general	Gimnasio al aire libre (GAL)	
05/11/2025	Parque Tibabuyes	09:00	Persona mayor	Entrenamiento funcional (EF)	
06/11/2025	CADE Gaitana	14:00	Manzana del cuidado	Yoga (YOG)	
09/11/2025	Parque Fontanar del Rio	10:45	Comunidad general	Actividad fisica para la familia y niños (AFN)	

INFORME DE EVIDENCIAS OBLIGACIÓN 5

10/11/2025	Parque Fontanar del Rio	09:30	Comunidad general	Cross hiit (CRO)	
11/11/2025	Parque Salitre	7:00	Persona mayor	Yoga (YOG)	
12/11/2025	Parque Gloria Lara	08:00	Recreovia comunidad general	Entrenamiento funcional (EF)	
13/11/2025	Parque Lagos de Suba	7:30	Persona mayor	Entrenamiento funcional (EF)	
17/11/2025	Parque Fontanar del Rio	07:00	Comunidad general	Cross hiit (CRO)	
17/11/2025	Parque Fontanar del Rio	08:00	Comunidad general	Cross hiit (CRO)	

INFORME DE EVIDENCIAS OBLIGACIÓN 5

18/11/2025	Parque Fontanar del Rio	18:00	Comunidad general	Cross hiit (CRO)	
23/11/2025	Parque Fontanar del Rio	8:00	Comunidad general	Aerobeat (AER)	
23/11/2025	Parque Fontanar del Rio	8:55	Comunidad general	Danza (DAF)	
23/11/2025	Parque Fontanar del Rio	9:50	Comunidad general	Yoga (YOG)	

ABREVIATURAS

Ciclo rec (CR)
Gimnasio al aire libre (GAL)
Actividad física en medio acuático (AFMA)
Aerobeat (AER)
Rumba fitness (RF)

Cross hit (CRO)
Calistenia (CAL)
Yoga (YOG)
Combat training (COT)
Danza fit (DAF)
Entrenamiento funcional(EF)
Actividad física musicalizada para la familia y niños (AFN)

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	GESTIÓN DOCUMENTAL		Código: GD-FO-32
			Versión: 05
	ACTA DE REUNIÓN (Interna o Externa)		Fecha de Emisión: 27/03/2025
			Página 1 de 6

(1) Número de Acta: (si aplica) (Consecutivo anual)	N/A	(2) Fecha de reunión (dd/mm/aaaa)	07/11/2025	
(3) Comité, comisión o grupo de trabajo:	Celebración Cumpleaños 1 Manzana de Cuidado Suba, La Gaitana			
(4) Citante: (Dependencia o cargo)	Dirección del Sistema de cuidado			
(5) Lugar de reunión:	Manzana de Cuidado Suba, La Gaitana			
(6) Horario de la reunión:	Inicio	7:30am	Final	1:00pm

(7) Objetivo reunión:	Celebración Cumpleaños 1 Manzana de Cuidado Suba, La Gaitana
------------------------------	--

(8) Participantes:	Nombre(s) y Apellido(s)	Cargo	Dependencia
	Ver listado de asistencia		
	INVITADAS(OS)		
	Nombre(s) y Apellido(s)	Cargo	Dependencia / Entidad

(9) AGENDA POR TRATAR	
1.	Cumpleaños Manzana
2.	
3.	
4.	
5.	

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	GESTIÓN DOCUMENTAL	Código: GD-FO-32
		Versión: 05
	ACTA DE REUNIÓN (Interna o Externa)	Fecha de Emisión: 27/03/2025
		Página 3 de 6

2.	
3.	
4.	
5.	

(11) COMPROMISOS DE LA AGENDA TRATADA			
DESCRIPCIÓN		RESPONSABLE(S)	FECHA
1.	Realizar acta de celebración	Claudia Ariza Ramos	Noviembre
2.			

(12) FIRMAS RESPONSABLES

N/A	(1) Firma	N/A	(2) Firma
Nombre(s) y Apellidos:		Nombre(s) y Apellidos:	
N/A		N/A	
Cargo: N/A		Cargo: N/A	

(13) **Anexos:** Listado de asistencia (9) folios

Elaboró: Claudia Ariza Ramos. Contratista; Dirección del Sistema de Cuidado; (V°B°)

Revisó:

Aprobó:

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	Código: GD-FO-50
	GESTIÓN DOCUMENTAL	Versión: 1
	REGISTRO GENERAL DE ASISTENCIA A REUNIÓN	Fecha de Emisión: 12/06/2024
		Página 1 de 1

Entidad 5

REGISTRO DE ASISTENCIA				OBJETIVO REUNIÓN:			FECHA:				LUGAR:			HORARIO:			DEPENDENCIA CITANTE:						
				Celebración Cumpleaños 1. Manzana de Ciudad							Manzana de Ciudad Suba, la Gaitana							7:30am a 1:00pm			Dirección del sistema de Ciudad.		
¿Autoriza el tratamiento de datos personales?		DOCUMENTO DE IDENTIDAD		NOMBRE(S) Y APELLIDO(S)	SEXO	IDENTIDAD DE GÉNERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	INSTITUCIÓN, ENTIDAD, DEPENDENCIA, OTRO	CARGO	TELÉFONO DE CONTACTO	EMAIL	FIRMA											
SI	NO	TIPO	NÚMERO																				
X		CC	35502609	Esméralda Pina				SD Mujer	Contratista														
X		CC	1070450267	Lorena Lamiere				SD Mujer	Contratista														
X		CC	1033213465	Helen Prieto				Jerónimo Martins	R.H														
X		CC	1051210630	Flor Alia Garcia				Compensar	Aux Admin														
X		CC	41340384	Ligia Rodriguez				N/A	N/A														
X		CC	52351023	Sandra Elvira				SDM - CAER	Contratista														
X		CC	1025235555	Carmenza Oca				SD Mujer	Contratista														
X		CC	1076554381	Jenny Roca				SD Mujer	Contratista														

Tratamiento de datos personales: Mediante el registro en el presente formato, usted autoriza a la SD Mujer para la recolección, almacenamiento y uso de sus datos personales. Como Titular de la información usted tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, revocar la autorización y/o solicitar la supresión de sus datos en los casos en que sea procedente. Ley 1581 de 2012.

Nota 1: Si usted como participante marca la opción (NO) a la autorización al tratamiento de datos personales, trazar una línea oblicua (/) en los campos que no esté de acuerdo en registrar la información.

Nota 2: Los datos obligatorios para el registro de la asistencia a la reunión son: Documento de Identidad, Nombre y Apellidos, institución, entidad, dependencia, otro, cargo, email y firma.

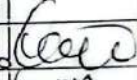
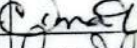
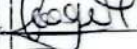
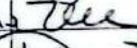
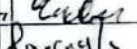
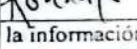
Convenciones Tipo de Documento: CC: Cédula de ciudadanía / TI: Tarjeta de Identidad / CE: Cédula de Extranjería / NIP: Número de Identificación Personal / NUIP: Número Único de Identificación personal / PA: Pasaporte / PPT: Permiso por Protección Temporal / RUMV: Registro Único de Migrantes Venezolanos / Otro

Convenciones Sexo: M: Mujer / H: Hombre / I: Intersexual.

Convenciones Identidad De Género: F: Femenino / M: Masculino / TF: Transfemenino / TM: Transmasculino.

Convenciones Orientación Sexual: H: Heterosexual / B: Bisexual / G: Gay / L: Lesbiana

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	Código: GD-FO-50
	GESTIÓN DOCUMENTAL	Versión: 1
	REGISTRO GENERAL DE ASISTENCIA A REUNIÓN	Fecha de Emisión: 12/06/2024
		Página 1 de 1

REGISTRO DE ASISTENCIA				OBJETIVO REUNIÓN:			celebración cumpleaños 1 manzana de Ciudad					
FECHA:		07.11.2025		LUGAR:		Manzana de Ciudad Suban la Guatana						
HORARIO:		7:30am a 1:00pm		DEPENDENCIA CITANTE:		Dirección del Sistema Distrital de Ciudad						
¿Autoriza el tratamiento de datos personales?		DOCUMENTO DE IDENTIDAD		NOMBRE(S) Y APELLIDO(S)	SEXO	IDENTIDAD DE GÉNERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	INSTITUCION, ENTIDAD, DEPENDENCIA, OTRO	CARGO	TELÉFONO DE CONTACTO	EMAIL	FIRMA
SI	NO	TIPO	NÚMERO									
X		CC	10190022187	German Jimenez	M	-	-	IND. D.	german ind. d.			
X				Anna Hidalgo				IDRD	IAF IDRD			
X		CC	1023551004	Diana Tovar				SDMujer DSC	Contratista			
X		CC	52218685	Carolina Gonzalez				SDMujer DSC	Contratista			
X		CC	28313570	Yneibel Saavedra				SDDECONOMIA	Contratista			
X		CC	39805815	Didima Vivas				SDH-ELT	Contratista			
X		CC	123081485	Angustina Melina				GSRS PIC-Subvenciones	Contratista			
X		CC	1010450267	Yolanda Román				SDMujer DSC	Contratista			

Tratamiento de datos personales: Mediante el registro en el presente formato, usted autoriza a la SDMujer para la recolección, almacenamiento y uso de los datos personales, para el registro de la asistencia a la reunión, de acuerdo a la Ley 1581 de 2012.

Nota 1: Si usted como participante marca la opción (NO) a la autorización al tratamiento de datos personales, trazar una línea oblicua (/) en los campos que no esté de acuerdo en registrar la información.

Nota 2: Los datos obligatorios para el registro de la asistencia a la reunión son: Documento de Identidad, Nombre y Apellidos, institución, entidad, dependencia, otro, cargo, email y firma.

Convenciones Tipo de Documento: CC: Cédula de ciudadanía / TI: Tarjeta de Identidad / CE: Cédula de Extranjería / NIP: Número de Identificación Personal / NUIP: Número Único de Identificación personal / PA: Pasaporte / PPT: Permiso por Protección Temporal / RUMV: Registro Único de Migrantes Venezolanos / Otro

Convenciones Sexo: M: Mujer / H: Hombre / I: Intersexual.

Convenciones Identidad De Género: F: Femenino / M: Masculino / TF: Transfemenino / TM: Transmasculino.

Convenciones Orientación Sexual: H: Heterosexual / B: Bisexual / G: Gay / L: Lesbiana

entidad

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	Código: GD-FO-50
	GESTIÓN DOCUMENTAL	Versión: 1
	REGISTRO GENERAL DE ASISTENCIA A REUNIÓN	Fecha de Emisión: 12/06/2024
		Página 1 de 1

Entidades

REGISTRO DE ASISTENCIA				OBJETIVO REUNIÓN:			Celebración Cumpleaños 1. Manzana de Cuidado					
FECHA:		07-11-2025		LUGAR:		Manzana de Cuidado Suba la Gaitana						
HORARIO:		7:30am a 1:00pm		DEPENDENCIA CITANTE:		Dirección del Sistema de Cuidado						
¿Autoriza el tratamiento de datos personales?		DOCUMENTO DE IDENTIDAD		NOMBRE(S) Y APELLIDO(S)	SEXO	IDENTIDAD DE GÉNERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	INSTITUCION, ENTIDAD, DEPENDENCIA, OTRO	CARGO	TELÉFONO DE CONTACTO	EMAIL	FIRMA
SI	NO	TIPO	NÚMERO									
X		CC	10536563	Jamín Galbajepal				Subred Norte	Enfermera			
X		CC	52888197	Marcela Hernández				Subred Norte	Psicóloga			
X		CC	10244383	Carolina Moling				Subred Norte	Delegada PE			
X		CC	1140849503	María Jose Teran Caceres				Subred Norte	Enfermera			
X		CC	103065782	Sergio 3221@gmail.com				Subred Norte	Tec. Ambiental			
X		CA	1032361812	Xiomara Integración				SIS	Educadora			
X		CC	1011084322	María A. Piñeros				DMUJER - DIOY P	Contratista			
X		CC	1065242351	Cristina Uribe Jaime				SDMUJER / DEVAJ	Contratista			

Tratamiento de datos personales: Mediante el registro en el presente formato, usted autoriza a la SDMUJER para la recolección, almacenamiento y uso de sus datos personales. Usted tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, revocar la autorización y/o solicitar la supresión de sus datos en los casos en que sea procedente. Ley 1581 de 2012.

Nota 1: Si usted como participante marca la opción (NO) a la autorización al tratamiento de datos personales, trazar una línea oblicua (/) en los campos que no esté de acuerdo en registrar la información.

Nota 2: Los datos obligatorios para el registro de la asistencia a la reunión son: Documento de Identidad, Nombre y Apellidos, institución, entidad, dependencia, otro, cargo, email y firma.

Convenciones Tipo de Documento: CC: Cédula de ciudadanía / TI: Tarjeta de Identidad / CE: Cédula de Extranjería / NIP: Número de Identificación Personal / NUIP: Número Único de Identificación personal / PA: Pasaporte / PPT: Permiso por Protección Temporal / RUMV: Registro Único de Migrantes Venezolanos / Otro

Convenciones Sexo: M: Mujer / H: Hombre / I: Intersexual.

Convenciones Identidad De Género: F: Femenino / M: Masculino / TF: Transfemenino / TM: Transmasculino.

Convenciones Orientación Sexual: H: Heterosexual / B: Bisexual / G: Gay / L: Lesbiana

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	Código: GD-FO-50
	GESTIÓN DOCUMENTAL	Versión: 1
	REGISTRO GENERAL DE ASISTENCIA A REUNIÓN	Fecha de Emisión: 12/06/2024 Página 1 de 1

REGISTRO DE ASISTENCIA				OBJETIVO REUNIÓN:			Manzana de Ciudadado					
FECHA:		07.11.2025		LUGAR:			Manzana de Ciudadado Suba la Gaitana					
HORARIO:		7:30am a 1:00pm		DEPENDENCIA CITANTE:			Dirección del sistema de Ciudadado					
Autoriza el tratamiento de datos personales?		DOCUMENTO DE IDENTIDAD		NOMBRE(S) Y APELLIDO(S)	SEXO	IDENTIDAD DE GÉNERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	INSTITUCION, ENTIDAD, DEPENDENCIA, OTRO	CARGO	TELÉFONO DE CONTACTO	EMAIL	FIRMA
SI	NO	TIPO	NÚMERO									
X		CC	51760795	Flore Romier				SD Mujer	Contratista			
X		CC	52964970	Claudia Ariza				SD mujer	Contratista			

Tratamiento de datos personales: Mediante el registro en el presente formato, usted autoriza a la SD Mujer para la recolección, almacenamiento y uso de los datos personales que usted proporciona. Usted tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, revocar la autorización y/o solicitar la información de sus datos en los términos de la Ley 1581 de 2012.

Nota 1: Si usted como participante marca la opción (NO) a la autorización al tratamiento de datos personales, trazar una línea oblicua (/) en los campos que no esté de acuerdo en registrar la información.

Nota 2: Los datos obligatorios para el registro de la asistencia a la reunión son: Documento de Identidad, Nombre y Apellidos, institución, entidad, dependencia, otro, cargo, email y firma.

Convenciones Tipo de Documento: CC: Cédula de ciudadanía / TI: Tarjeta de Identidad / CE: Cédula de Extranjería / NIP: Número de Identificación Personal / NUIP: Número Único de Identificación personal / PA: Pasaporte / PPT: Permiso por Protección Temporal / RUMV: Registro Único de Migrantes Venezolanos / Otro

Convenciones Sexo: M: Mujer / H: Hombre / I: Intersexual.

Convenciones Identidad De Género: F: Femenino / M: Masculino / TF: Transfemenino / TM: Transmasculino.

Convenciones Orientación Sexual: H: Heterosexual / B: Bisexual / G: Gay / L: Lesbiana

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	Código: GD-FO-50
	GESTIÓN DOCUMENTAL	Versión: 1
	REGISTRO GENERAL DE ASISTENCIA A REUNIÓN	Fecha de Emisión: 12/06/2024
		Página 1 de 1

REGISTRO DE ASISTENCIA				OBJETIVO REUNIÓN:		Manzana de Ciudadado						
FECHA:		7.11.2025		LUGAR:		Manzana de Ciudadado Suba, la Gaitana						
HORARIO:		7:30am a 1:00pm		DEPENDENCIA CITANTE:		Dirección del Sistema de Ciudadado						
¿Autoriza el tratamiento de datos personales?		DOCUMENTO DE IDENTIDAD		NOMBRE(S) Y APELLIDO(S)	SEXO	IDENTIDAD DE GÉNERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	INSTITUCION, ENTIDAD, DEPENDENCIA, OTRO	CARGO	TELÉFONO DE CONTACTO	EMAIL	FIRMA
SI	NO	TIPO	NÚMERO									
X		CC	20585675	Espartero Miguel Rocio								
X		CC	39539805	Juz Martina Rojas R								
X		CC	52051556	Nubia Yoneth Peña								
X		CC	41689994	Rosalba Morales								
X		CC	35462916	Flor Elvira Ramírez								
X		CC	51866959	Elena Sotomayor								
X		CC	52051194	Samuel Pizarro								
X		CC	1007296553	Juz Anibal Rojas								

Tratamiento de datos personales: Mediante el registro en el presente formato, usted autoriza a la SDMujer para la recolección, almacenamiento y uso de sus datos personales. Como Titular de la información usted tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, revocar la autorización y/o solicitar la supresión de sus datos en los casos en que sea procedente. Ley 1581 de 2012.

Nota 1: Si usted como participante marca la opción (NO) a la autorización al tratamiento de datos personales, trazar una línea oblicua (/) en los campos que no esté de acuerdo en registrar la información.

Nota 2: Los datos obligatorios para el registro de la asistencia a la reunión son: Documento de Identidad, Nombre y Apellidos, institución, entidad, dependencia, otro, cargo, email y firma.

Convenciones Tipo de Documento: CC: Cédula de ciudadanía / TI: Tarjeta de Identidad / CE: Cédula de Extranjería / NIP: Número de Identificación Personal / NUIP: Número Único de Identificación personal / PA: Pasaporte / PPT: Permiso por Protección Temporal / RUMV: Registro Único de Migrantes Venezolanos / Otro

Convenciones Sexo: M: Mujer / H: Hombre / I: Intersexual.

Convenciones Identidad De Género: F: Femenino / M: Masculino / TF: Transfemenino / TM: Transmasculino.

	SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	Código: GD-FO-50
	GESTIÓN DOCUMENTAL	Versión: 1
	REGISTRO GENERAL DE ASISTENCIA A REUNIÓN	Fecha de Emisión: 12/06/2024
		Página 1 de 1

REGISTRO DE ASISTENCIA				OBJETIVO REUNIÓN:		Manzanera de Ciudad Suba la Garfana.						
FECHA:		07.11.2025		LUGAR:		Dirección del Sistema de Ciudad.						
HORARIO:		7:30am a 1:00pm		DEPENDENCIA CITANTE:								
¿Autoriza el tratamiento de datos personales?		DOCUMENTO DE IDENTIDAD		NOMBRE(S) Y APELLIDO(S)	SEXO	IDENTIDAD DE GÉNERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	INSTITUCION, ENTIDAD, DEPENDENCIA, OTRO	CARGO	TELÉFONO DE CONTACTO	EMAIL	FIRMA
SI	NO	TIPO	NÚMERO									
X		CC	28788060	Flor Manna Surobica								
X		CC	20976263	Miriam Fraile								
X		CC	39631221	Mario Del Transito Alvarez								
X		CC	41376420	Irma Céspedes								
X		CC	35501197	Maria Elvira Sosa								
X		CC	412948895	Elizabeth Perez								
X		CC	46660556	Tereza Vargas								
X		CC	23234750	Elizabeth Villamil								

Tratamiento de datos personales: Mediante el registro en el presente formato, usted autoriza a la SD Mujer para la recolección, almacenamiento y uso de sus datos personales. Como Titular de la información, usted tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, revocar la autorización y/o solicitar la supresión de sus datos en los casos en que sea procedente. Ley 1581 de 2012.

Nota 1: Si usted como participante marca la opción (NO) a la autorización al tratamiento de datos personales, trazar una línea oblicua (/) en los campos que no esté de acuerdo en registrar la información.

Nota 2: Los datos obligatorios para el registro de la asistencia a la reunión son: Documento de Identidad, Nombre y Apellidos, institución, entidad, dependencia, otro, cargo, email y firma.

Convenciones Tipo de Documento: CC: Cédula de ciudadanía / TI: Tarjeta de Identidad / CE: Cédula de Extranjería / NIP: Número de Identificación Personal / NUIP: Número Único de Identificación personal / PA: Pasaporte / PPT: Permiso por Protección Temporal / RUMV: Registro Único de Migrantes Venezolanos / Otro

Convenciones Sexo: M: Mujer / H: Hombre / I: Intersexual.

Convenciones Identidad De Género: F: Femenino / M: Masculino / TF: Transfemenino / TM: Transmasculino.

Convenciones Orientación Sexual: H: Heterosexual / B: Bisexual / G: Gay / L: Lesbiana

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	Código: GD-FO-50
	GESTIÓN DOCUMENTAL	Versión: 1
	REGISTRO GENERAL DE ASISTENCIA A REUNIÓN	Fecha de Emisión: 12/06/2024 Página 1 de 1

REGISTRO DE ASISTENCIA				OBJETIVO REUNIÓN:			Celebración cumpleaños 1. Manzana de Ciudad.					
FECHA:		07.11.2025		LUGAR:		Manzana de Ciudad Suba, la Gaitana						
HORARIO:		7:30am a 1:00pm		DEPENDENCIA CITANTE:		Dirección del Sistema Distrital de Ciudad.						
¿Autoriza el tratamiento de datos personales?		DOCUMENTO DE IDENTIDAD		NOMBRE(S) Y APELLIDO(S)	SEXO	IDENTIDAD DE GÉNERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	INSTITUCION, ENTIDAD, DEPENDENCIA, OTRO	CARGO	TELÉFONO DE CONTACTO	EMAIL	FIRMA
SI	NO	TIPO	NÚMERO									
X		CC	29784028	Elizabeth Razo								
X		CC	41606926	Dora Vargas								
X		CC	39642060	Dora Ines Rodriguez								
X		CC	41793247	Rosa Maria Perera								
X		CC	51873994	Lilian Barreto								
X		CC	41670662	Glady's Bahamon								
X		CC	19487250	Ricardo Alfonso C								
X		CC	51833215	Rosa Helena Rojas								

Tratamiento de datos personales: Mediante el registro en el presente formato, usted autoriza a la SD Mujer para la recolección, almacenamiento y uso de sus datos personales. Como Titular de la información, usted tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, revocar la autorización y/o solicitar la supresión de sus datos en los casos en que sea procedente. Ley 1581 de 2012.

Nota 1: Si usted como participante marca la opción (NO) a la autorización al tratamiento de datos personales, trazar una línea oblicua (/) en los campos que no esté de acuerdo en registrar la información.

Nota 2: Los datos obligatorios para el registro de la asistencia a la reunión son: Documento de Identidad, Nombre y Apellidos, institución, entidad, dependencia, otro, cargo, email y firma.

Convenciones Tipo de Documento: CC: Cédula de ciudadanía / TI: Tarjeta de Identidad / CE: Cédula de Extranjería / NIP: Número de Identificación Personal / NUIP: Número Único de Identificación personal / PA: Pasaporte / PPT: Permiso por Protección Temporal / RUMV: Registro Único de Migrantes Venezolanos / Otro

Convenciones Sexo: M: Mujer / H: Hombre / I: Intersexual.

Convenciones Identidad De Género: F: Femenino / M: Masculino / TF: Transfemenino / TM: Transmasculino.

Convenciones Orientación Sexual: H: Heterosexual / B: Bisexual / G: Gay / L: Lesbiana

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	Código: GD-FO-50
	GESTIÓN DOCUMENTAL	Versión: 1
	REGISTRO GENERAL DE ASISTENCIA A REUNIÓN	Fecha de Emisión: 12/06/2024
		Página 1 de 1

REGISTRO DE ASISTENCIA				OBJETIVO REUNIÓN:								
FECHA:		07-11-2025		LUGAR:	Manzana de Ciudadado Siba la Gaitana							
HORARIO:		7:30am a 1:00pm		DEPENDENCIA CITANTE:	Dirección del Sistema Distrital de Ciudadado							
¿Autoriza el tratamiento de datos personales?		DOCUMENTO DE IDENTIDAD		NOMBRE(S) Y APELLIDO(S)	SEXO	IDENTIDAD DE GÉNERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	INSTITUCIÓN, ENTIDAD, DEPENDENCIA, OTRO	CARGO	TELÉFONO DE CONTACTO	EMAIL	FIRMA
SI	NO	TIPO	NÚMERO									
X		CC	41340384	Ygia Rodriguez								
X		CC	53016375	Mury Rojas								
X		CC	52585895	Alba Garza								
X		CC	23551923	Refelina RIVERA								
X		CC	1019003729	Diana Medina								
X		CC	51661939	Luz Zambrano								
X		CC	41709380	Hania Zambrano								
X		CC	27649845	Zoraida Acevedo								

Tratamiento de datos personales: Mediante el registro en el presente formato, usted autoriza a la SDMujer para la recolección, almacenamiento y uso de sus datos personales. Como Titular de la información usted tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, revocar la autorización y/o solicitar la supresión de sus datos en los casos en que sea procedente. Ley 1581 de 2012.

Nota 1: Si usted como participante marca la opción (NO) a la autorización al tratamiento de datos personales, trazar una línea oblicua (/) en los campos que no esté de acuerdo en registrar la información.

Nota 2: Los datos obligatorios para el registro de la asistencia a la reunión son: Documento de Identidad, Nombre y Apellidos, institución, entidad, dependencia, otro, cargo, email y firma.

Convenciones Tipo de Documento: CC: Cédula de ciudadanía / TI: Tarjeta de Identidad / CE: Cédula de Extranjería / NIP: Número de Identificación Personal / NUIP: Número Único de Identificación personal / PA: Pasaporte / PPT: Permiso por Protección Temporal / RUMV: Registro Único de Migrantes Venezolanos / Otro

Convenciones Sexo: M: Mujer / H: Hombre / I: Intersexual.

Convenciones Identidad De Género: F: Femenino / M: Masculino / TF: Transfemenino / TM: Transmasculino.

Convenciones Orientación Sexual: H: Heterosexual / B: Bisexual / G: Gay / L: Lesbiana

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE LA MUJER	SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER	Código: GD-FO-50
	GESTIÓN DOCUMENTAL	Versión: 1
	REGISTRO GENERAL DE ASISTENCIA A REUNIÓN	Fecha de Emisión: 12/06/2024
		Página 1 de 1

REGISTRO DE ASISTENCIA				OBJETIVO REUNIÓN:		celebración cumpleaños 1 Manzana de Ciudad						
FECHA:		07.11.2023		LUGAR:		Manzana de Ciudad Suba, la Cantina.						
HORARIO:		7:30am a 1:00pm		DEPENDENCIA CITANTE:		Dirección del Sistema Distrital de Ciudad.						
Autoriza el tratamiento de datos personales?		DOCUMENTO DE IDENTIDAD		NOMBRE(S) Y APELLIDO(S)	SEXO	IDENTIDAD DE GÉNERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	INSTITUCION, ENTIDAD, DEPENDENCIA, OTRO	CARGO	TELÉFONO DE CONTACTO	EMAIL	FIRMA
SI	NO	TIPO	NÚMERO									
X		CC	41936128	Ana Maria Lopez								
X		CC	28194322	Consuelo Pineda								

Tratamiento de datos personales: Mediante el registro en el presente formato, usted autoriza a la SD Mujer para la recolección, almacenamiento y uso de sus datos personales. Como Titular de la información usted tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, revocar la autorización y/o solicitar la supresión de sus datos en los casos en que sea procedente. Ley 1581 de 2012.

Nota 1: Si usted como participante marca la opción (NO) a la autorización al tratamiento de datos personales, trazar una línea oblicua (/) en los campos que no esté de acuerdo en registrar la información.

Nota 2: Los datos obligatorios para el registro de la asistencia a la reunión son: Documento de Identidad, Nombre y Apellidos, institución, entidad, dependencia, otro, cargo, email y firma.

Convenciones Tipo de Documento: CC: Cédula de ciudadanía / TI: Tarjeta de Identidad / CE: Cédula de Extranjería / NIP: Número de Identificación Personal / NUIP: Número Único de Identificación personal / PA: Pasaporte / PPT: Permiso por Protección Temporal / RUMV: Registro Único de Migrantes Venezolanos / Otro

Convenciones Sexo: M: Mujer / H: Hombre / I: Intersexual.

Convenciones Identidad De Género: F: Femenino / M: Masculino / TF: Transfemenino / TM: Transmasculino.

Convenciones Orientación Sexual: H: Heterosexual / B: Bisexual / G: Gay / L: Lesbiana

